ఆదివారం
ఆంధ్రజ్యోతి

30 ఆగస్టు 2026

చీరలతో ముగ్గు... నగలతో పెయింటింగ్... 5

సాహసం శ్వాసగా... సాగిపో... 14

రేపటి రోజు (కథ) 18

'థాలీ' బజావో...

అందుకే 'రోమాంచకం' చేశా...

'మ్యాడ్'తో తెలుగు తెరకు పరిచయమై, '8 వసంతాలు'తో మరో మెట్టు ఎక్కింది అనంతిక సనిల్‌కుమార్. అచ్చంగా పదహారణాల తెలుగమ్మాయిలా కనిపించే ఈ మలయాళీ ముద్దుగుమ్మ... స్టార్ డైరెక్టర్ సందీప్ రెడ్డి వంగా సమర్పణలో తెరకెక్కిన 'రోమాంచకం'తో మరోసారి మ్యాజిక్ చేసేందుకు వస్తోంది. ఈ సందర్భంగా ఆమె చెబుతున్న కబుర్లివి..

మర్చిపోలేని జ్ఞాపకం

బ్యాక్ ఫ్లిప్ సాధన చేస్తున్నప్పుడు వెన్నెముకకు తీవ్ర గాయమైంది. ఏడాది పాటు విశ్రాంతి తీసుకోవాల్సి వచ్చింది. యాక్టివ్‌గా ఉండే నాకు రెస్ట్ తీసుకోవడమంటే నచ్చదు. కానీ ఎక్కువసేపు నిలబడినా, కూర్చున్నా నొప్పి ఉండేది. అదే సమయంలో '8 వసంతాలు' సినిమా ఆఫర్ వస్తే, నొప్పితోనే పూర్తి చేశా. ఆ సినిమాకు స్పెషల్ జ్యూరీ ఉత్తమ నటి అవార్డు అందుకున్నా. నా జీవితంలో అది మర్చిపోలేని జ్ఞాపకం.

అమ్మ కల...

కేరళలోని త్రిస్సూరులో పుట్టి పెరిగా. నాకొక చెల్లి. నేను ప్రస్తుతం న్యాయశాస్త్రంలో డిగ్రీ చేస్తున్నా. నా ప్రతీ అడుగులో నా కుటుంబం మద్దతుగా నిలిచింది. ముఖ్యంగా అమ్మ తన కలని నాలో చూసుకుంటోంది. ఆమె చిన్నప్పుడు చాలా నేర్చుకోవాలని అనుకునేదట... కానీ కుదరలేదు. అందుకే నన్ను అన్నింట్లో ప్రోత్సహిస్తుంటుంది.

నాలుగు నృత్యరీతుల్లో శిక్షణ

ఐదేళ్ల నుంచే శాస్త్రీయ నృత్యాలు నేర్చుకుంటున్నా. భరతనాట్యం, కథాకళి, కూచిపూడి, మోహినియాట్టం... నాలుగు రకాల శాస్త్రీయ నృత్యరీతుల్లో శిక్షణ పొందుతున్నా. ఇప్పటికీ ప్రదర్శనలిస్తూనే ఉన్నా. డ్యాన్స్ చేసినప్పుడు ప్రేక్షకుల కరతాళధ్వనులు వింటే ఆ ఆనందమే వేరు. ఒకరకంగా అదే నేను సంపాదించుకున్న ఆస్తి అనిపిస్తుంది.

బ్లాక్‌బెల్ట్ హోల్డర్ని...

కరాటేలో నేను బ్లాక్‌బెల్ట్ హోల్డర్ని. అలాగే కేరళకు చెందిన సంప్రదాయ యుద్ధకళ అయిన కలరిపయట్టులో కూడా నైపుణ్యం సాధించా. కత్తిసాము చేస్తా. వింగ్‌చున్ అనే చైనా యుద్ధ విద్యలోనూ శిక్షణ తీసుకున్నా. ఆడపిల్లలకు సెల్ఫ్ డిఫెన్స్ టెక్నిక్స్ నేర్చుకోవడం చాలా అవసరం. అమ్మాయిలకు మార్షల్ ఆర్ట్స్ స్కూల్ పెట్టాలనే కల ఉంది.

సోషల్ మీడియా ద్వారా...

కరోనా లాక్‌డౌన్ సమయంలో డాన్స్‌కు సంబంధించి రీల్స్ సోషల్ మీడియాలో పెట్టేదాన్ని. ఫాలోవర్లు బాగా పెరిగారు. అలా ఏ సినిమా ఆఫీసు చుట్టూ తిరగకుండానే నాకు ఆఫర్లు వచ్చాయి. అయితే తమిళంలో నేను చేసిన మొదటి సినిమా, 2022లో తెలుగులో 'రాజమండ్రి రోజ్‌మిల్క్' అనే సినిమా కూడా విడుదలకు నోచుకోలేదు. కొన్నేళ్ల తర్వాత 'మ్యాడ్' ద్వారా తెలుగు ప్రేక్షకులకు దగ్గరయ్యా. ఆ తర్వాత లక్కీగా రజనీకాంత్ 'లాల్‌సలామ్'లో అవకాశం వచ్చింది.

హద్దులు దాటను...

ఇంటిమేట్, రొమాన్స్ సీన్స్ చేయడం కొంచెం కష్టమే. కథ డిమాండ్ చేస్తే 'నో' చెప్పను. అందుకే 'రోమాంచకం' చేశా. అలా అని రొమాన్స్ హద్దులు దాటేలా మాత్రం నా సినిమాలు ఉండవని హామీ ఇస్తున్నా.

విషయసూచిక
CONTENT

చీరలతో ముగ్గు... నగలతో పెయింటింగ్...	5
తూర్పు కనుమల్లో 'జలమిత్రులు'	6
'థాలీ' బజావో...	7
రాత్రివేళల్లో నిద్రాభంగం?	11
నడి వయసులోకి వచ్చారా?	12
సాహసం శ్వాసగా... సాగిపో...	14
పుచ్చకాయతో వంటకాలు	16
ఆత్మన్యూనత	17
రేపటి రోజు (కథ)	18
'గవర్నర్' చేసిన గణాంకాల యుద్ధం	21
'మాజీ' మార్కెట్!	23
కొత్త పుస్తకాలు	25
ఆలోచించాల్సిందే...	27

ఫ్రమ్ రీడర్స్...

మంచి కథ

ఈవారం కథ 'ప్రక్షాళన' బాగుంది. ఒకరితో ఒకరిని పోల్చుకోవడం మంచిది కాదని లోకోక్తి. కాని ఈ కథలో రామ నాథం తన భార్యను ముందు విమర్శించినా, తర్వాత కనువిప్పు కలిగే ముగింపు బాగుంది. మాధవసేవ కన్నా మానవసేవలో ఉన్న తాదాత్మ్యం గుర్తుకు వస్తుంది.

-టి వినాయక్‌రావు
హైదరాబాద్

వ్యవస్థకు ప్రతిబింబం

'సుక్ర బల్మూచు' కథ నేటి వ్యవస్థకు ప్రతి బింబం. కాంట్రాక్ట్ కార్మికుడు ప్రమాదవశాత్తు చనిపోతే, ఆనక జరిగే పరిణామాలను ప్రత్యక్షసాక్షిగా రాయడం ఈ కథకున్న ప్లస్ పాయింట్. ఒక చావు వెనకుండే ఆర్థిక పరిస్థితిని అన్ని కోణాల్లో చూపించారు.

- ఎస్. త్రినాథరావు, వేపగుంట, విశాఖపట్నం

దుఃఖం రాకపోయేది

'ఆమె లేని వీధి' కథలో ఒకవేళ జర్నలిస్టు ఆ అపరిచితురాలితో కలిసి ఉంటే... అతనితో పాటు మనకు దుఃఖం రాకపోయేది. అతను కలవలేదు కాబట్టే దుఃఖానికి కారణమైంది. పాపం అంటే మనం చేసింది మాత్రమే కాదు, చేయనిది కూడా పాపమే అని కథ ద్వారా చెప్పడం నిజంగా అద్భుతం.

- గొల్లెపల్లి నరసింహ, హైదరాబాద్

స్ఫూర్తిదాయకం

డెలివరీ బాయ్‌గా ఘోర ప్రమాదానికి గురైనా... ఏమాత్రం ఆత్మస్థైర్యం కోల్పోకుండా, కథకుడుగా మారి కోట్లాది పాఠకుల్ని అలరించటమే కాకుండా... కోట్లు సంపాదిస్తూ పేదరికాన్ని జయించిన అజిత్ కుమార్ యదార్థ జీవిత గాథ నేటి యువతకు స్ఫూర్తిదాయకం.

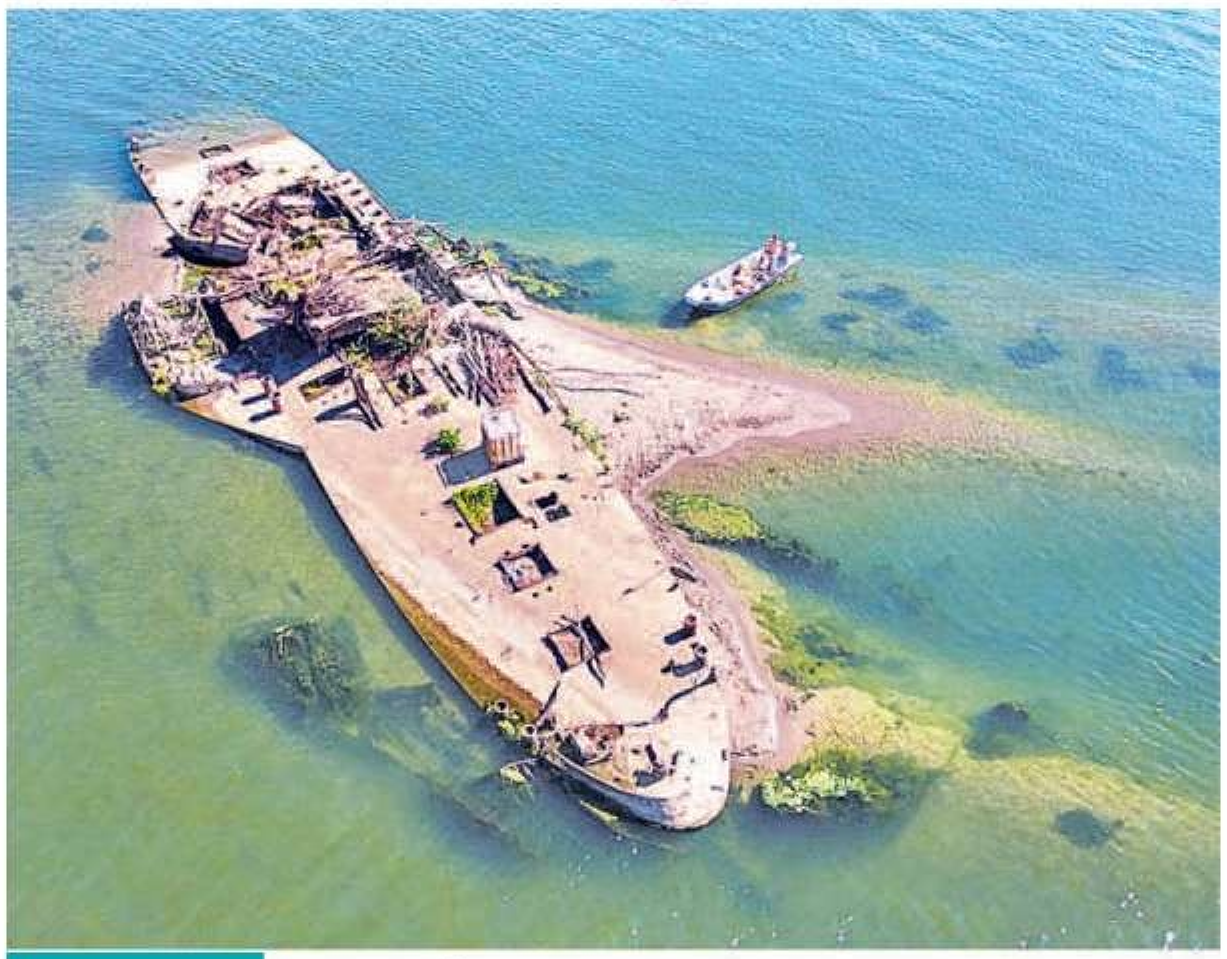
- మంకు శ్రీను, కొప్పర్రు

రీడర్స్ తమ అభిప్రాయాలను మెయిల్ ద్వారా sunday.aj@gmail.com కు; పోస్టుద్వారా అయితే సండే డెస్క్, ఆంధ్రజ్యోతి బిల్డింగ్స్, ప్లాట్ నెం. 76, అశ్వినీ లే అవుట్, హుడా హైట్స్, రోడ్ నెం. 70, జూబ్లీ హిల్స్, హైదరాబాద్ - 500 033 కు పంపగలరు.

విశ్వ వీక్షణం

గర్వకారణం

గాలితో పోటీపడుతూ దూసుకుపోతున్న ఈ గుర్రాలను చూస్తే అద్భుతం అనిపిస్తుంది. ఇవి రష్యాకు చెందిన ఓర్లావ్ ట్రాటర్ జాతి గుర్రాలు. వేగం, సత్తువలో ప్రపంచ ప్రసిద్ధిచెందాయి. ఈ అరుదైన జాతి గుర్రాలను ప్రశంసిస్తూ అక్కడి కలుగ ప్రాంతంలో ఏటా ఉత్సవాలను జరుపుకోవడం విశేషం.



గుర్తుకొస్తున్నాయి...

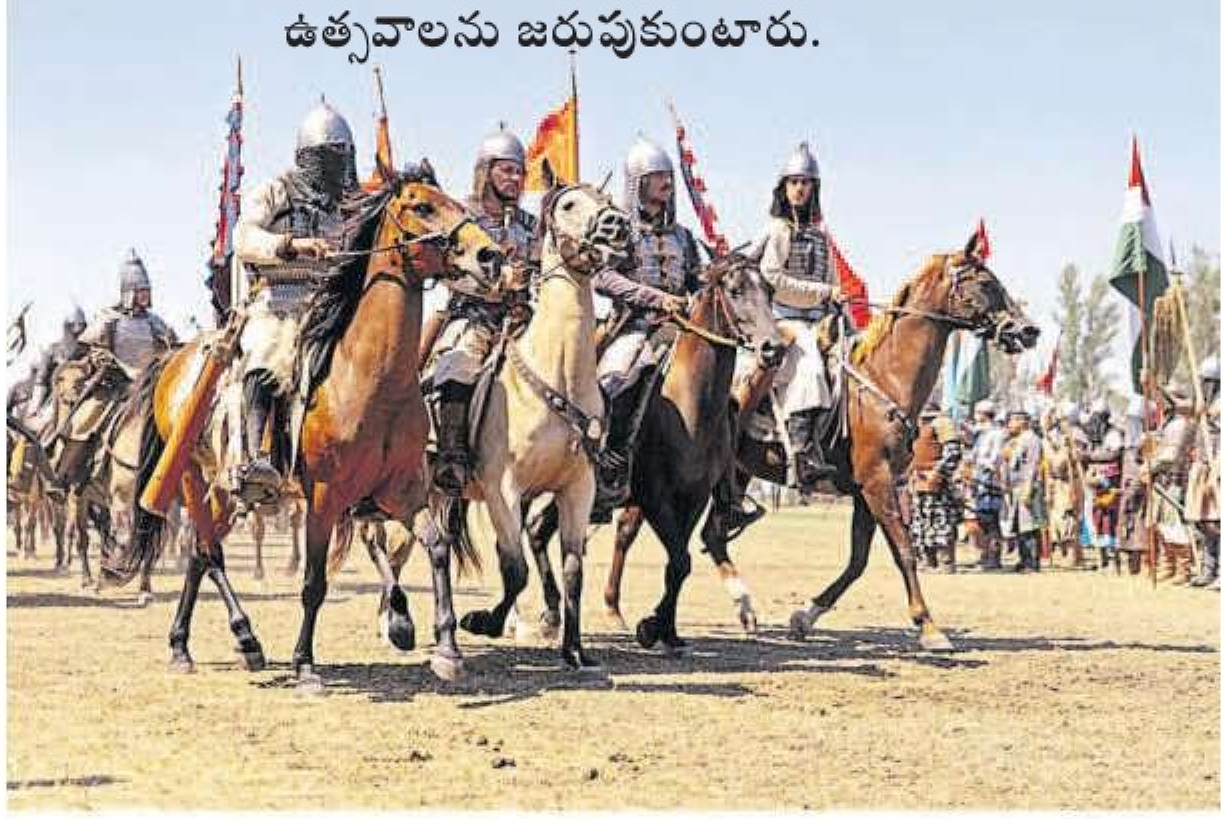
ప్రస్తుతం ప్రపంచమంతా ఈ ఓడ గురించే చర్చించుకుంటున్నారు. అవి రెండో ప్రపంచ ఆఖరు రోజులు.. యుద్ధంలో గాయపడ్డ సైనికులు, సామగ్రిని తీసుకుని ఓ స్లొవేనియా నౌక సావ నదిలో ప్రయాణిస్తోంది. జర్మన్ మందుపాతర తాకి ప్రమాదానికి గురై నీళ్లలో మునిగిపోయింది. అలా 1945 ఏప్రిల్‌లో మునిగిపోయిన నౌక ఇటీవల ఎండిపోయిన నది కారణంగా ఇలా బయటపడింది.

రండి .. నన్ను కలవండి

'క్వీన్ ఆఫ్ పాప్' గా పేరుతెచ్చుకున్న అమెరికన్ సంగీతకారిణి మడోన్నా. స్టేజీ మీద పాటకు, నృత్యాన్ని కలుపుతూ ఆమె చేసే విన్యాసాలు ప్రేక్షకులను ఉర్రూతలూగిస్తాయి. ఇటీవల మడోన్నా 68 వ పుట్టిన రోజు సందర్భంగా లండన్‌లో 'కమాన్ మీట్ మీ' పేరున ఇలా డాన్స్ ఫ్లోర్ ఇన్‌స్టాల్ చేసి అభిమానులకు పండగ వాతావరణం సృష్టించారు నిర్వాహకులు.

గిరిజన ఉత్సవాలు

ప్రాచీన సంస్కృతి సంప్రదాయాల పరిరక్షణ అందరిదీ. హంగేరిలోని బుగాక్‌లో ఏటా జరిగే 'కురుల్‌తాజ్ ఉత్సవాలు' ఈకోవలోకే వస్తాయి. వీటికి ట్రైబల్ అసెంబ్లీగా పేరు. హూన్, తుర్కిక్ జాతుల వారు ఓ చోట తమ సాంస్కృతిక ఉత్సవాలను జరుపుకుంటారు.



బాణాసంచా పోటీలు

ఆగస్టు అనగానే అగ్రశ్రేణి పైరోటెక్నిక్ కంపెనీలన్నీ స్పెయిన్ బాటపడతాయి. అక్కడి శాన్ సెబాస్టియన్ తూరిస్మోలో 'సెమనా గ్రాండ్' బాణాసంచా పోటీలు నిర్వహిస్తారు. వారం రోజుల పాటు జరిగే ఈ పోటీల్లో ప్రతి రాత్రి ఇరవై నిమిషాల పాటు బాణాసంచా ప్రదర్శన ఉంటుంది. దద్దరిల్లే ధ్వనులు...ఆకాశాన్నంటే మెరుపులు... బే ప్రాంతాన్నంతా కాంతిమయం చేస్తాయి.

చీరలతో ముగ్గు...
నగలతో పెయింటింగ్...

కళ

పండగొస్తే రంగులతో ముగ్గులేస్తారు. కానీ ఈయన మాత్రం చీరలతో ముగ్గును అలంకరిస్తాడు. అంతేనా... చేతికి ఏది దొరికితే దానితోనే ఒక అందమైన ఆకృతినో, సెలబ్రిటీల బొమ్మలనో పేరుస్తాడు. పూలు, నగలు, చీరలు, వంట సామాను... అన్నీ కూడా అతడి చిత్రాలకు జీవం పోసే రంగులే. 'నా జీవితం కళకే అంకితమం'టూ అందంగా సాగిపోతున్న అరుదైన కళాకారుడి జీవన ప్రయాణమిది...

ముగ్గు.. చీర.. ఈ రెండింటితో ఆడవాళ్లకి ప్రత్యేక అనుబంధం ఉంటుంది. వీటిని కలిపి ఓ అద్భుతాన్ని ఆవిష్కృతం చేశాడు డావిన్సీ సురేష్. ఇటీవల కొచ్చిలో చీరలతో చేసిన (వేసిన) ముగ్గు వల్ల ఈ విశిష్ట కళాకారుడి గురించిన చర్చ సర్వత్రా జరుగుతోంది. కేరళలో ముఖ్యమైన పండగ ఓనం. పండగ సందర్భంగా ఎవరైనా సరే తమ లోగిళ్లలో రంగులు, పువ్వులతో అందమైన రంగవల్లులను తీర్చిదిద్దుతారు. అయితే సురేష్ మాత్రం 2500 పట్టు చీరలను ఎంచుకున్నాడు. వాటితో అందమైన స్త్రీ రూపాన్ని ముగ్గులా చిత్రీకరించాడు. దీనికోసం అతడు 18 గంటల పాటు శ్రమించాడు. ప్రపంచంలోనే ఈ తరహా చీరల ముగ్గు ఇప్పటిదాకా ఎవరూ వేయలేదంటున్నారు. అదో రికార్డు.

కళాకారుల కుటుంబం...

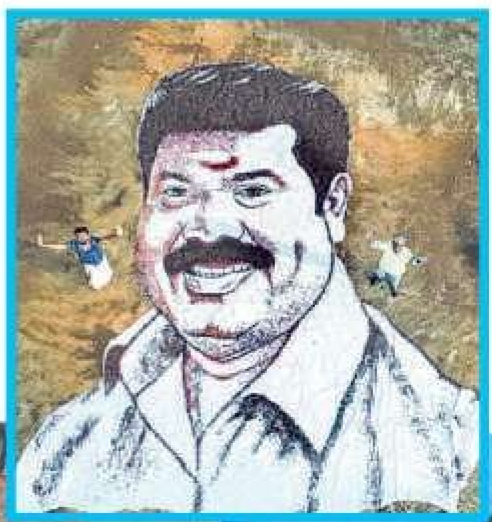
డావిన్సీ సురేష్ అసలు పేరు పి.కె.సురేష్. పుట్టింది, పెరిగింది కేరళలోని త్రిస్సూర్‌లో. పదకొండు మంది సంతానంలో సురేష్ పదవవాడు. మధ్యతరగతి కుటుంబం. అటు అన్నలు, అక్కలు.. ఇల్లంతా ఎప్పుడూ సందడిగా ఉండేది. సురేష్ అన్నల్లో ఒకతను ఆర్టిస్ట్. ఆయన నుంచే తనకు పెయింటింగ్ మీద ఆసక్తి కలిగింది. అంతేగాక... అతడి కజిన్స్ కూడా ఆర్టిస్టులే కావడంతో అందరూ కలిసి డావిన్సీ అనే గ్రూప్ ప్రారంభించారు. కారణం... అందరికీ అంతర్జాతీయ పెయింటర్ లియోనార్డో డావిన్సీ అంటే అభిమానం కాస్త ఎక్కువే. ఆ ఇష్టంతోనే.. గ్రూప్‌నకే కాదు, తన పేరుకు ముందు కూడా డావిన్సీ చేర్చుకున్నాడు సురేష్. ఇరవై ఏళ్లకు పైగా ఆర్టిస్ట్‌గా కొనసాగుతున్నాడు. ఫ్లెక్సీ బోర్డులు, బ్యానర్లను రాయడంలో సురేష్ పనితనం కేరళ అంతటికీ తెలుసు.

అన్నీ అద్భుతాలే...

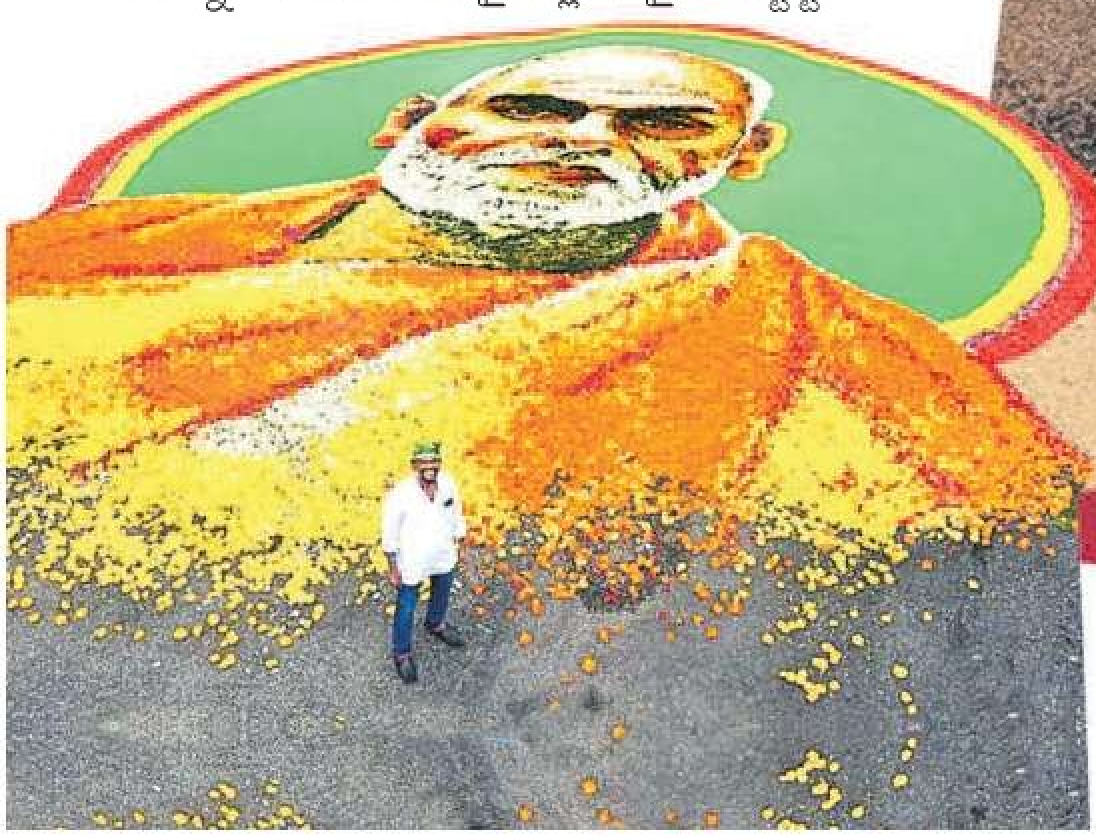
సోషల్ మీడియాను అనుసరించేవారికి సురేష్ కళ ఎక్కడో చోట పరిచయం అయ్యే ఉంటుంది. రంగుల చెక్కలతో పృథ్వీరాజ్, బొప్పాయితో శశి కలింగ, వంట సామానులతో మోహన్‌లాల్ చిత్రాలను రూపొందించాడు. అంతేనా... తన అభిమాన నటుడు మోహన్‌లాల్ 65వ పుట్టినరోజు సందర్భంగా కేవలం పనసకాయ గింజలు, పొట్టుతో ఆయన బొమ్మను అద్భుతంగా ఆవిష్కరించాడు. అలాగే బంగారు నగలతో అబ్దుల్ కలామ్, ఒక టన్ను పూలతో శ్రీ నారాయణ గురు బొమ్మను రూపొందించాడు. కాఫీ బీన్స్‌తో కళాభవన్ మణి, బాదం, జీడిపప్పుతో కేరళ మాజీ ముఖ్యమంత్రి పినరయి విజయన్‌లను తీర్చిదిద్దాడు. బిస్కెట్లు, ఇతర బేకరీ ఐటమ్స్‌తో సురేష్ తయారుచేసిన మలబార్ ప్రాంతానికి చెందిన సంప్రదాయ నృత్య కళారూపమైన 'తయ్యం' 24 అడుగుల భారీ ప్రతిరూపానికి అనేక ప్రశంసలను అందుకున్నాడు. 3డీ పెయింటింగ్స్, నీళ్లల్లో, మంట, క్యాండిల్ పొగతో, వంటింటి సామాన్లతో, బట్టలతో, పుస్తకాలతో.. ఇలా చెబుతూ పోతే చాలా మాధ్యమాల్లో సురేష్ చెక్కిన అద్భుతాలు లెక్కలేనన్ని ఉన్నాయి. మరిన్ని కొత్త మాధ్యమాలతో తన కళను మెరుగుపర్చుకోవాలని కలలు కంటున్నాడు.

నటుడు, దర్శకుడు కూడా...

పెయింటింగ్స్‌తోనే కాదు... ఇంకేదైనా కొత్తగా చేయాలనే తాపత్రయం సురేష్‌లో ఎప్పుడూ ఉంటుంది. ఆ ఆసక్తితోనే.. శిల్పాలను, సైకత శిల్పాలను తయారుచేయడం నేర్చుకున్నాడు. కరోనా సమయంలో కూడా 100 పెయింటింగ్స్, అవేర్‌నెస్ శిల్పాలను రూపొందించాడు. కరోనా అవేర్‌నెస్‌లో భాగంగా రెండు షార్ట్ ఫిల్మ్ కూడా తీసి శభాష్ అనిపించుకున్నాడు. ఈ క్రమంలోనే అతడికి నటన మీద ఆసక్తి మొదలైంది. కొన్ని షార్ట్ ఫిల్మ్‌లోనూ నటించాడు. ఆ అనుభవంతో నాలుగు సినిమాలకు దర్శకత్వం వహించాడు. అతడి ప్రతిభ అక్కడితో ఆగిపోలేదు. 20 పాటలకు సాహిత్యాన్ని కూడా అందించాడు.



సృజనాత్మకతకు హద్దులు లేవని నిరూపిస్తూ, అనేక కళల్లో దూసుకుపోతూ, సరికొత్త రికార్డులతో స్ఫూర్తిగా నిలుస్తున్నాడు. సూపర్ సురేష్ అనిపించుకుంటున్నాడు. ⁕



స్ఫూర్తి

తూర్పు కనుమల్లో 'జలమిత్రులు'

తూర్పు కనుమల్లో వర్షం మొదలైతే... కొండలన్నీ పచ్చటి దుప్పటి కప్పుకున్నట్టుంటాయి. వాగులు పరుగెడుతాయి. ఆ దృశ్యం చూస్తే ఇక్కడ నీటి కొరత అనే మాటే ఉండదనిపిస్తుంది. కానీ అదే కొండల మధ్య ఉన్న రైతును అడిగితే మరో కథ చెబుతాడు. "వానలకు లోటు లేదు... కానీ రబీలో నీళ్లు లేవు" అంటాడు. ఇదీ ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా వాస్తవ దృశ్యం...

ఏటా సుమారు 1,400 మిల్లీమీటర్ల వర్షపాతం నమోదయ్యే ఈ గిరిజన ప్రాంతంలో... ఖరీఫ్‌లో మాత్రమే ఎక్కువగా సాగు జరుగుతుంది. రబీ వచ్చేసరికి కేవలం 10 శాతం భూమిలోనే పంటలు కనిపిస్తాయి. కారణం వర్షాభావం కాదు. వర్షపు నీటిని నిల్వ చేసి, పొలాలకు చేరవేసే చెక్‌డ్యామ్‌లు, కాలువలు, చిన్న రిజర్వాయర్లు కాలక్రమంలో శిథిలమవడం.

చెక్‌డ్యామ్‌లు పాడైతే...

ఒకప్పుడు ఐటీడీఏ ఆధ్వర్యంలో నిర్మించిన చెక్‌డ్యామ్‌లు, చిన్న కాలువలు ఈ ప్రాంత రైతులకు జీవనాడిలా పనిచేశాయి. వర్షపు నీటిని నిల్వచేసి రబీ పంటలకు ఆధారమయ్యాయి. కానీ వాటి నిర్వహణ సరిగా లేకపోవడంతో చాలావరకు శిథిలమయ్యాయి. కాలువల చివర వరకూ నీరు చేరడం ఆగిపోయింది. దాంతో సాగు తగ్గింది. కూలీ పనులు తగ్గాయి. కొన్ని గ్రామాలు మళ్లీ వలసల బాట పట్టాయి.

"మాకు వానలకు లోటులేదు. కానీ చెక్ డ్యామ్ పాడైన తర్వాత రబీలో నా మూడు ఎకరాలు ఖాళీగా ఉంటున్నాయి" అని పాడేరుకు చెందిన రైతు అప్పలనాయుడు చెబుతుంటే... అదే ప్రాంతానికి చెందిన గెమ్మెల రాజు మాటల్లో బాధ మరింత స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. "కాలువ మొదట్లో నీళ్లు ఉంటాయి. చివరికి వచ్చేసరికి చుక్క ఉండదు. చెక్‌డ్యామ్‌లు బాగు చేస్తే మాకు ఏడాది పొడవునా పని ఉంటుంది."

యువత ముందుకొచ్చింది...

ఈ సమస్యను ప్రభుత్వం మాత్రమే పరిష్కరించలేదు. గ్రామ యువత కూడా భాగస్వాములు కావాలనే ఆలోచనతో వాసన్ స్వచ్ఛంద సంస్థ ఒక ఆలోచన చేసింది. స్థానిక యువతీ యువకులకు నీటి వనరులపై శిక్షణ ఇచ్చి, వారిని 'జలమిత్రులు'గా తీర్చిదిద్దింది. ఇక వారి పని ఏమిటంటే... చెక్‌డ్యామ్‌లను గుర్తించడం మాత్రమే కాదు. పాడైన నీటి వనరులను సర్వే చేయడం, సాంకేతిక వివరాలు నమోదు చేయడం, పునరుద్ధరణకు అవసరమైన అంచనాలు సిద్ధం చేయడం, ప్రభుత్వ యంత్రాంగానికి నివేదికలు అందించడం వరకు వారి బాధ్యత విస్తరించింది. ఈ ప్రతిపాదనకు జిల్లా కలెక్టర్, ఐటీడీఏ అధికారులు కూడా సానుకూలంగా స్పందించారు. పనికిరాని చెక్‌డ్యామ్‌లను గుర్తించి ప్రతిపాదనలు పంపితే, నిధుల సమీకరణకు కృషి చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు.

సాంకేతికత తోడైంది!

ఈ కార్యక్రమం కేవలం కాగితాలపై సర్వేలతో ఆగిపోలేదు. జలమిత్రులు గ్రామాలకు వెళ్లి ప్రతీ చెక్‌డ్యామ్, కాలువ, నీటి వనరును పరిశీలించి వివరాలను (Google Earth, Open Data Kit (ODK) ... వంటి డిజిటల్ సాధనాల ద్వారా నమోదు చేస్తున్నారు. క్షేత్రస్థాయిలో సేకరించిన సమాచారం నేరుగా డిజిటల్ మ్యాపుల్లో చేరుతోంది. దీంతో ఏ గ్రామంలో ఏ చెక్‌డ్యామ్ మరమ్మతు అవసరమో అధికారులు సులభంగా గుర్తించగలుగుతున్నారు. "సమస్యలను డిజిటల్ రూపంలో నమోదు చేయడంతో ప్రణాళికాబద్ధంగా పనులు చేపట్టగలుగుతున్నాం. ఈ ప్రాజెక్ట్‌లో ఎస్‌విడిఎస్, లయ, జిఎసెస్, అమృత, ఆదివాసీమిత్ర, జివిఎసెసెస్ ఎన్జీఓలు పాల్గొన్నాయి" అని ప్రాజెక్ట్ కో ఆర్డినేటర్ ప్రసాద్ చెబుతున్నారు.

ఉద్యోగం కాదు... బాధ్యత

జలమిత్రులుగా పనిచేస్తున్న యువతకు ఇది సాధారణ పని, డ్యూటీ కాదు. "వర్షపు నీటిని వృథా కాకుండా భూమి కడుపులో దాచేదే చెక్‌డ్యామ్. అవే రైతులకు ప్రాణాధారం. వాటిని కాపాడటం మా బాధ్యతగా భావించాం" అంటోంది పాడేరుకు చెందిన జలమిత్ర శాలిని. మరో జలమిత్రుడు మల్లేష్ మాటల్లో సేవాభావం స్పష్టంగా వినిపిస్తుంది. "మా ప్రాంతంలో నీళ్లు లేక పంటలు ఎండిపోకూడదు. అందుకే ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నాం" అంటున్నారాయన.

మార్పు మొదలైంది...

గత ఏడాది ప్రారంభమైన ఈ కార్యక్రమం ఇప్పటికే ఫలితాలు చూపిస్తోంది. 11 గ్రామాల్లో చెక్‌డ్యామ్‌ల పునరుద్ధరణ, 315 కుటుంబాలకు లబ్ధి, 426 ఎకరాలకు సాగునీటి సౌకర్యం, ప్రతీ గ్రామానికి అదనంగా రూ.15 లక్షల నుంచి 20 లక్షల వార్షిక ఆదాయం, ఒక్కో కుటుంబ ఆదాయం రూ.25 వేల నుంచి రూ.75 వేల వరకు పెరుగుదల ఉంది. "ఏడాది పొడవునా కూరగాయలు, పండ్లు అందుబాటులోకి రావడంతో గిరిజన కుటుంబాల పోషకాహారం మెరుగుపడుతోంది. వలసలు తగ్గుతున్నాయి. గ్రామంలోనే ఉపాధి అవకాశాలు పెరుగుతున్నాయి" అన్నారు వాసన్ సంస్థ అసోసియేట్ డైరెక్టర్ డా. ఎం.ఎల్. సన్యాసిరావు.

చెక్‌డ్యామ్ అనేది వాగు లేదా చిన్న ప్రవాహంపై నిర్మించే చిన్న అడ్డుకట్ట. ఇది వర్షపు నీటిని కొంతసేపు నిలిపి, నెమ్మదిగా భూమిలోకి ఇంకేలా చేస్తుంది. ఫలితంగా భూగర్భ జలాలు పెరుగుతాయి. బావులు, బోర్లలో నీరు నిలుస్తుంది. రైతుకు సాగునీరు ఎక్కువకాలం అందుతుంది. నీటిని కాపాడేది కేవలం కాంక్రీట్‌తో కట్టిన చెక్‌డ్యామ్ కాదు. దానిని కాపాడే మనుషులే అసలు బలం. ఈ రోజు తూర్పు కనుమల్లో పుట్టిన 'జలమిత్రుల' ఉద్యమం, రేపు దేశంలోని ప్రతీ వర్షాధార ప్రాంతానికి ఆదర్శంగా మారవచ్చు. వానను ఆపలేం... కానీ వర్షపు నీటిని నిలబెట్టగలం. ఆ పనిని ఇప్పుడు మన్యం యువత తమ చేతుల్లోకి తీసుకుంది.

- శ్యాంమోహన్, 94405 95858

భారతీయ వంటకాల్లో 'థాలీ' అంటే భోజనం మాత్రమే కాదు... ఒక ప్రాంత ప్రత్యేక రుచులు, ఆతిథ్యం, వైవిధ్యం ఒకే పళ్లెంలో ఘనంగా కనిపించడం! ఇటీవల కాలంలో సంప్రదాయ థాలీకి భారీతనపు ఘుమఘుమల మెరుపులను, ఆకర్షణలను జోడిస్తూ... చాలా రెస్టారెంట్లు ఆహార ప్రియులను ముఖ్యంగా యువతరాన్ని విశేషంగా ఆకట్టుకుంటున్నాయి. రెస్టారెంట్ కిచెన్ నుంచి 'థాలీ' వస్తోందంటే ఒకరకంగా పండగే. దానిని టేబుల్‌పై అమర్చాలంటే కనీసం ఇద్దరు వెయిటర్లు ఉండాల్సిందే. తినడానికి ఓ చిన్న బృందమే కావాలి! చవులూరిస్తున్న ఈ టేస్టీ ట్రెండ్‌పైనే ఈ వారం కవర్ స్టోరీ!

కవర్ స్టోరీ

'థాలీ' బజావో...

ఒక రెస్టారెంట్‌కు కానీ, హోటల్‌కు కానీ వెళితే... మీల్స్ లేదా థాలీ అనగానే, పళ్లెంలో ఏం కనిపిస్తాయి? అన్నం, పప్పు, కూర, పచ్చడి, సాంబారు, రసం, పెరుగు, రొట్టె, అప్పడం, స్వీటు. కానీ ఇప్పుడు స్పెషల్ 'థాలీ' అంటే అదిరిపోవాల్సిందే. ఒక టేబుల్‌పై నలుగురు నుంచి ఎనిమిది మంది కలిసి కూర్చుని తిన్నా తరగని వంటకాలు. 56 అంగుళాల భారీ పళ్లెంలో కిలోలకొద్దీ బరువుండే పదార్థాలతో... దేశవ్యాప్తంగా అనేక రెస్టారెంట్లు భోజన ప్రియులను విశేషంగా ఆకర్షిస్తున్నాయి. ఈ థాలీలు శాకాహారానికే పరిమితం కాకుండా.. మాంసాహార ప్రియులనూ చవులూరిస్తూ బ్రేవ్‌మనిపిస్తున్నాయి.

8 నుంచి 28 కేజీలు...

'మనకిష్టమైన రుచులను మనస్ఫూర్తిగా ఆస్వాదించే అనుభవమే ముఖ్యం' అనే ధోరణి ఈ సోషల్‌మీడియా యుగంలో బాగా పెరుగుతోంది. దీంతో ఒకేసారి బహుళ రుచులతో జిహ్వను సంతృప్తిపరిచే ఈ నయా తీరును నగరాల్లోని వివిధ రెస్టారెంట్లు చక్కగా అందిపుచ్చుకుంటున్నాయి. భారీ వంటకాల 'మెగా థాలీ'లకు సినిమాటిక్ క్యాచీ టైటిల్స్ పెట్టి ఇట్టే ఆకట్టుకుంటున్నాయి. అందుబాటు ధరల.. సరికొత్త మార్కెటింగ్ ఫార్ములాల హంగామాతో కస్టమర్లను స్వాగతిస్తున్నాయి.

అతి పెద్ద పళ్లెం. పదుల సంఖ్యలో వంటకాలు. భారీ పరాఠా, బిర్యానీ, పప్పు, కూరలు, చట్నీలు, స్వీట్లు, లస్సీ, ఐస్‌క్రీమ్, మరెన్నో. వెరైటీని బట్టి ప్లేటులో ఇరవై నుంచి యాభై ఐటెమ్స్. బరువు 8 కేజీల నుంచి 28 కేజీలు. చూసీ చూడగానే 'ఇంత పెద్దదా!' అని భోజనప్రియులు అబ్బురంగా నోరు వెళ్లబెడుతూ ఉండటం.. ఈ కాన్సెప్ట్ ఇన్‌స్టంట్‌గా క్లిక్ అయ్యిందనడానికి ఓ మెగా ఉదాహరణ. "థాలీ విశ్వరూపాన్ని కళ్లారా చూడగానే మొదట చెప్పలేని ఆశ్చర్యం వేసింది. ఒకే ప్లేటులో ఇన్ని రుచులను బంధుమిత్రులతో కలిసి పంచుకుని తినడంలో ఉన్న ఆనందం వర్ణించలేనిది. ఇది కేవలం లంచో, డిన్నరో మాత్రమే కాదు. మా అందరికీ ఒక మరపురాని జ్ఞాపకం" అంటూ రాకేశ్ అనే ఆడిటర్ తన అనుభవాన్ని ఇన్‌స్టాలో పంచుకున్నారు.

ఒక్కోచోట ఒక్కో ప్రత్యేకత

- భారీ థాలీల ట్రెండ్ గురించి ముచ్చటించేటప్పుడు ఎవరైనా సరే ఢిల్లీని ప్రస్తావించాల్సిందే. అక్కడి కన్నాట్ ప్లేస్‌లోని ఆర్డోర్ 2.1 రెస్టారెంట్ అందించే 'ఖలీ బలి' థాలీ ఓ ప్రత్యేక ఆకర్షణ. ఈ థాలీ కోసం ప్రత్యేకంగా పెద్ద ప్లేటును తయారుచేయాల్సి వచ్చిందట. ఇదే రెస్టారెంట్ నాలుగేళ్ల క్రితం 56 వంటకాలతో కూడిన '56 ఇంచ్ థాలీ'ని ప్రవేశపెట్టింది. 'దీన్ని 40 నిమిషాల్లో పూర్తిచేసిన ఇద్దరికి రూ. 8.5 లక్షల బహుమతి' అంటూ ఫుడ్ చాలెంజ్‌ని కూడా ప్రకటించడం విశేషం. దేశ రాజధానికే చెందిన 'ధురంధర్ 2' అనే థాలీ సోషల్‌మీడియాలో ఇటీవలే బాగా వైరల్ అయింది.
- పుణెలోని హౌస్ ఆఫ్ పరాఠా 'బాహుబలి' థాలీతో ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకుంది. ఇది ఒక్కరి కోసం కాకుండా ఆరేడు మంది తినగలిగిన పరిమాణంతో ఉంటుంది. దేశవిదేశాల్లో ప్రాచుర్యం పొందిన రాజమౌళి 'బాహుబలి' సినిమాలోని పాత్రల పేర్లతో 'దేవసేన పరాఠా', 'కట్టప్ప బిర్యానీ', 'భల్లాలదేవ లస్సీ'లు ఇక్కడ దొరకడం మరో విశేషం!
- కోల్‌కతా న్యూటౌన్ ప్రాంతంలోని 'ద న్యూ నార్మల్ కెఫే అండ్ కిచెన్' 30 రకాల వంటకాలతో థాలీని ఇస్తోంది. బిర్యానీలు, పులావ్, అన్నం, మటన్, చికెన్, చేప, చింగ్రీ మలైకారీ, స్వీట్లు, ఐస్‌క్రీమ్‌లు.. ఐదుగురు కలిసి తినగలిగే పరిమాణంలో ఉంటాయి.
- ముంబయిలోనూ భారీ థాలీలలకు ప్రత్యేక మార్కెట్ ఏర్పడింది. కొన్ని రెస్టారెంట్లు '56 భోగ్ ', 'మహారాజ్ భోగ్' లాంటి కాన్సెప్టులతో ఒకే భోజనంలో పదుల సంఖ్యలో వంటకాలను అందిస్తున్నాయి.
- దక్షిణ భారతదేశంలోనూ ఈ ట్రెండ్ బలంగా కనిపిస్తోంది. చెన్నైలోని పొన్నుస్వామి హోటల్లో 'బాహుబలి' థాలీ సోషల్‌మీడియాలో చర్చనీయాంశమైంది. భారీ పళ్లేన్ని ఇద్దరు సిబ్బంది కలిసి తీసుకొచ్చే దృశ్యం వైరల్‌గా మారి చాలామందిలో

ఆసక్తి పెంచింది. ఇంటిల్లిపాదీ వేడుకగా కిక్కిరిసిన ప్లేటును చుట్టుముట్టడం చూసి.. ఓ ఎక్స్ యూజర్ 'ఇక్కడేమైనా ఫ్యామిలీ గేమ్ ఉందా?' అంటూ ఆ కుటుంబ వినోదం గురించి సరదాగా వ్యాఖ్యానించారు.

- కాకినాడ సుబ్బయ్యగారి హోటల్ ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణల్లో చాలామందికి తెలిసిందే. ఇక్కడ పెళ్లి భోజనం, బుట్ట భోజనం అనే పేర్లతో భారీ థాలీ ఉంటుంది. 30 నుంచి 35 రకాల అచ్చతెలుగు సంప్రదాయ వంటకాలను వడ్డిస్తారు. అరిటాకుపై నేతిధారలతో మొదలై పొడులూ, పచ్చళ్లు, గుత్తి వంకాయకూర, ముద్దపప్పు, ఆవకాయ, పప్పుచారు, గారెలు, బూరెలు, పాయసం, చివరిగా గడ్డ పెరుగుతో పూర్తి రాజభోజనపు అనుభూతిని అందిస్తారు.
- గుజరాతీ, రాజస్థానీ, రాయలసీమ అన్‌లిమిటెడ్ వెజ్ థాలీలు వాటి సంప్రదాయ రుచులూ, ఘుమఘుమలాడే నెయ్యి వడ్డనలూ, మనసు దోచే ఆతిథ్యానికీ ప్రసిద్ధి చెందాయి.

'మనం పెట్టే ధరకు ఇన్ని మంచి వెరైటీలు రావడం... వాల్యూ ఫర్ మనీ' అంటూ సానుకూలంగా స్పందించేవారితో పాటు 'ఇంత ఆహారం మనం ఎటూ తినలేం. వదిలేసిన పదార్థాలు వృథా అవ్వాల్సిందే కదా?' అంటూ పెదవి విరిచేవారూ ఉంటున్నారు. చాలాచోట్ల థాలీలోని పదార్థాలను నలుగురి నుంచి ఆరుగురి వరకూ పంచుకోవచ్చు. మిగిలిన పదార్థాలను పార్సిల్ కట్టి ఇచ్చే వెసులుబాటును కొన్నిచోట్ల కల్పిస్తున్నారు. 'వావ్ ఫ్యాక్టర్ ఉండొచ్చు గానీ వృథా కాకూడదు' అనే అభిప్రాయంలో సామాజిక బాధ్యత, మానవతా దృక్కోణం ఉన్నాయి.

కారణం ఏదైనా.. ఈ తరహా థాలీల ముచ్చట్లు నలుగురిలోనూ, ఆన్‌లైన్ వేదికల్లోనూ తరచూ చర్చనీయాంశమవుతున్నాయి.

అతిథి మర్యాదలు తక్కువేం కాదు...

ఈ తరహా మెగా థాలీలను అందించే భోజనశాలలు నోటికి ఇంపైన తిండిని సమకూర్చడం మాత్రమే కాదు... ఒక అద్భుత అనుభూతినీ కస్టమర్లకు అందించేందుకు వినూత్నంగా స్వాగత సత్కారాలు చేస్తున్నాయి. వ్యాపార ధోరణికి భిన్నమైన ఈ తరహా మర్యాదలు మనసును తాకుతూ, అప్పుడే సగం కడుపు నిండిపోతున్న ఫీలింగ్ కల్పిస్తున్నాయి.

చోఖీధానీ, రాజ్‌ధాని లాంటి రాజస్థానీ, గుజరాతీ రెస్టారెంట్లలో కస్టమర్లు అడుగుపెట్టగానే నుదుట కుంకుమ తిలకం దిద్ది, చేతులపై సుగంధ గులాబీ నీరు చల్లుతారు. సంప్రదాయ హారతులతో ఆహ్వానిస్తారు. వెయిటర్లు అభిమానపూర్వకంగా కొసరి కొసరి నెయ్యి, స్వీట్లు, పూరీలను వడ్డిస్తారు. ప్లేటులో ఏది ఖాళీ అయినా అడక్కుండానే వేడివేడిగా మళ్లీ నింపుతుంటారు. దిల్లీ, ముంబయిలలో బాహుబలి, దారాసింగ్ థాలీని టేబుల్ వద్దకు చేర్చేటప్పుడు సంప్రదాయ డోలు వాద్యాలు మోగిస్తారు. ఇద్దరు వెయిటర్లు కలిసి థాలీని గౌరవంగా మోసుకువస్తారు. కొన్ని రెస్టారెంట్లలో ప్రత్యేక థాలీని కిచెన్‌లో నుంచి తీసుకొస్తుంటే గ్రాండ్ ఈవెంట్‌లాగా సంగీతాన్ని ప్లే చేస్తారు.

విశేషాదరణ ఎందుకంటే..?

ఒకే భోజనంలో తీపి, పులుపు, కారం, ఉప్పు, చేదు, కరకరలాడేవీ, మెత్తనివీ.. సమస్తం ఉండేలా చూడటం భారతీయ భోజన సంస్కృతిలో భాగం. సాధారణ థాలీ ఈ వైవిధ్యాన్ని స్వల్పస్థాయిలో చూపిస్తే... మెగా థాలీలు అతి పెద్ద స్థాయికి తీసుకువెళ్లాయి.

- 'ముందు ఫొటో తీసుకోండి, తర్వాత తినండి' అనేది నేటి ఫుడ్ కల్చర్‌లో సాధారణ నియమంగా మారింది. ఇన్‌స్టాగ్రామ్, యూట్యూబ్, షార్ట్స్, రీల్స్‌లో ఆహారం రుచిగా ఉండటం మాత్రమే సరిపోదు. చూడటానికి కూడా వర్ణభరితంగా, కళ్లు చెదిరేంత అద్భుతంగా ఉండాలి. ఒక సాధారణ థాలీ ఫొటో కన్నా ఎన్నో వంటకాలతో నిండిన విశాలమైన పళ్లెం వెంటనే చూపరులను ఆకర్షిస్తుంది. థాలీ అనేది సెలబ్రేషన్ మూడ్‌ను చాటుతుంది.
- ఫుడ్ చాలెంజ్‌లు ఆసక్తినీ, ప్రైజ్ మనీ ఉత్సాహాన్నీ పెంచుతున్నాయి. చాలా రెస్టారెంట్లు మెగా థాలీలతో ప్రత్యేక ఆహార పోటీలను నిర్వహిస్తున్నాయి. ఒకే వ్యక్తి నిర్దిష్ట సమయంలో థాలీ ముగిస్తే రూ. 11 వేల నుంచి రూ. 50 వేల వరకూ నగదు బహుమతులు ఇస్తున్నారు. 'ఇన్ని ఐటమ్స్‌ను అన్నీ తినగలమా?' అనే సందేహం, ఉత్సుకతలే చాలామందిని రెస్టారెంటుకు తీసుకు వెళ్తున్నాయి.
- థాలీని ఒంటరిగా కాకుండా కుటుంబంతో, స్నేహితులతో సంతోషంగా.. సరదాగా కలిసి తినడం అనుబంధాలను పెంచుతోంది. పెద్ద థాలీ ప్లేట్ చుట్టూ ఐదారుగురు కూర్చుని తినడం ఒక సామూహిక అనుభవం. ఒకరు బిర్యానీ తీసుకుంటారు. మరొకరు పూరీ, ఇంకొకరు స్వీటు. మధ్యలో ఫొటోలూ, వీడియోలూ, సోషల్ మీడియాలో వాటి తక్షణ షేరింగ్‌లూ. చివర్లో 'ఇంకా ఎంత మిగిలింది' అంటూ ఆరాలు. నవ్వులూ, జోకులూ, కేరింతలూ!

దురంధర్ 2

ఛప్పన్ భోగ్

సుకాంత ప్యూర్ వెజ్

దారాసింగ్

కళ్లు చెదిరే మెగా థాలీలివి...

థాలీ పరిమాణం ఎంత పెద్దగా ఉంటే భోజన ఆస్వాదానుభవం అంత అద్భుతంగా ఉంటుందంటూ ఫుడ్ వ్లాగర్లు వర్ణించి.. ఊరించి చెబుతూ నెట్టింట హల్‌చల్ చేస్తున్నారు. అలాంటి కళ్లు చెదిరే, నోరూరించే మెగా థాలీల విశేషాలివీ...

1. ఖలీ బలి: ఢిల్లీలోని కన్నాట్‌ప్లేస్‌లో ఉన్న ఆర్డోర్ 2.1 రెస్టారెంట్... 56 అంగుళాల పళ్లెంలో 'ఖలీ బలి' అనే భారీ థాలీని అందిస్తోంది. కశ్మీర్ నుంచి కన్యాకుమారి వరకూ దేశంలోని విభిన్న ప్రాంతాల సుప్రసిద్ధ వంటకాలు (కశ్మీరీ దమ్ ఆలూ, బటర్ చికెన్, సౌతిండియన్ సాంబారు, చౌకీదార్ పరాఠా, రోగన్ జోష్...) ఒకే కంచంలో కొలువుదీరతాయి. ఇక్కడ వెజ్ థాలీ ధర రూ. 2 వేలు, నాన్ వెజ్ థాలీ ధర రూ. 3 వేలు. 40 నుంచి 56 రకాల వంటకాలను అపరిమితంగా వడ్డిస్తారు. బాగా ఆకలిగా ఉండి, ఎక్కువ తినగలిగితే ఈ రెస్టారెంట్ మంచి ఎంపిక. ఒక థాలీని నలుగురు పంచుకోవచ్చు. అదనంగా మరో వ్యక్తిని తీసుకువెళ్తే రూ. 500 అదనంగా చెల్లించాల్సి వుంటుంది.

2. బాహుబలి: పుణెలోని 'ఆవోజీ-ఖావోజీ' అనే రెస్టారెంట్ 30కి పైగా శాకాహార వంటకాలతో అందించే 'బాహుబలి' థాలీ ధర రూ. 2 వేలు. ఇందులో 11 రకాల ప్రధాన వంటకాలు (మెయిన్ కోర్స్), రెండు రకాల పప్పు, రెండు రకాల పెరుగు వంటకాలు, గిన్నెడు వెన్న, ఆరు రకాల స్వీట్లు, మూడు రకాల అన్నం, రెండు రకాల చపాతీలు, పచ్చడి, ఆరు అప్పడాలు, సలాడ్, రెండు పెద్ద గ్లాసుల 'పాటియాలా లస్సీ' ఉంటాయి. ఈ ఒక్క థాలీ నలుగురు సభ్యులున్న కుటుంబం మొత్తానికీ సరిపోతుంది. 'కుంభకర్ణ' అనే థాలీ కూడా ఇక్కడి ప్రత్యేకతే.

భీమ్

3. చోకీధనీ... రాజస్థానీ: రాచరిక సంస్కృతికీ, ఆహారానికీ రాజస్థాన్ పెట్టింది పేరు. రాయల్ డిషెస్ అనుభూతి పొందాలనుకుంటే జైపూర్ చోకీధనీలోని ఫైవ్‌స్టార్ రెస్టారెంట్ 'చౌపాల్'ను తప్పకుండా సందర్శించాలి. ఈ థాలీలో రాజస్థానీ సంప్రదాయ వంటకాలను అపరిమితంగా వడ్డిస్తారు. చుర్మా నుంచి ఘేవార్ వరకూ ఈ థాలీ స్థానిక రుచులన్నింటినీ ఒకే పళ్లెంలోకి తీసుకు వస్తుంది.

4. కేసరియా: ఒకే ప్లేటులో 32 రకాల వంటకాలతో ఈ థాలీ స్వాగత పానీయాల నుంచి డెజర్ట్‌ల వరకూ అన్నిటినీ అందిస్తుంది. అన్నింటిని చూసి తలమునకలవ్వాల్సిందే. బెంగళూరు వెళ్లినప్పుడల్లా స్నేహితులతో కలిసి ఈ కేసరియా థాలీని ఓ పట్టు పట్టొచ్చు.

5. దారాసింగ్: ముంబయిలోని 'మసాలేదార్ బై మినీ పంజాబ్' అనే రెస్టారెంటు అందించే ఈ మెగా నాన్ వెజ్ థాలీకి.. దిగ్గజ మల్లయోధుడు దారాసింగ్ గౌరవార్థం ఆయన పేరు పెట్టారు. 35 నుంచి 40 రకాల ఐటెమ్స్‌లో స్టార్టర్స్ నుంచి డెజర్ట్స్ వరకూ రకరకాల ఆహార పానీయాలను కడుపునిండా తినొచ్చు.

6. శ్రీతాకర్ భోజనాలయం (గుజరాతీ): ముంబయిలోని ఈ రెస్టారెంట్ స్పెషల్... గుజరాతీ మెగా థాలీలో వంటకాల జాబితా పెద్దదే. నాలుగు రకాల కూరలు, బంగాళదుంప కూరతో కూడిన రోటీ, కఢీ, పప్పు, ఖాండ్వీ, చట్నీ లాంటివెన్నో ఊరిస్తుంటాయి. వీటన్నింటినీ స్వచ్ఛమైన దేశీ నెయ్యితో తయారుచేస్తారు. సంప్రదాయ రుచులను ఇష్టపడే ఆహార ప్రియులకు ఇది మెరుగైన ఎంపిక.

7. ఛప్పన్ భోగ్: పేరుకు తగ్గట్టే ఈ థాలీ 56 రకాల వంటకాల సమ్మేళనం. తినాలంటే ఇద్దరి కన్నా ఎక్కువమందే కావాలి. ముంబయిలోని 'హల్వాయి కీ దుకాన్' దీన్ని అందిస్తోంది. భోజనం పూర్తయ్యాక నోటిని తాజాగా ఉంచే 'మౌత్ ఫ్రెష్‌నర్' ప్యాకెట్లను కస్టమర్లకు ఇవ్వడం ఇక్కడి ప్రత్యేకత.

8. సుకాంత ప్యూర్ వెజ్: బడ్జెట్ తక్కువగా ఉండి, భారీ థాలీని రుచి చూడాలనుకుంటే... దీన్ని ప్రయత్నించొచ్చు అంటున్నారు నెటిజన్లు. దాదాపు 25 రకాల వంటకాలను అందిస్తారు. ఇందులో హాట్ స్నాక్స్ నుంచి స్వీట్స్ వరకూ అన్నీ ఉంటాయి. వెల్కమ్ డ్రింక్ తర్వాత మెగా థాలీ వస్తుంది. రెండు రకాల డెజర్ట్స్, చాట్, నాలుగు కూరలు, రెండు రకాల అన్నం, మూడు రకాల చపాతీలు, కఢీ, పప్పు, వేయించిన.. ఆవిరిపై ఉడికించిన ఫర్సాన్ (స్నాక్స్)ను ఆరగించవచ్చు.

9. ధురంధర్ 2: ఢిల్లీకి చెందిన 'ధురంధర్ 2' అనే శాకాహార థాలీ.. సోషల్‌మీడియాలో ఇటీవల సినిమాలాగే బాగా వైరల్ అయ్యింది. ఒకే ప్లేటులో 26 రకాల వంటకాలను రుచి చూసే అవకాశం తిలక్ నగర్లో ఉన్న 'అంగీఠీ తడ్కా' ఇస్తుంది. ఈ మెగా థాలీలో మొదట ఫ్రెంచి ఫ్రైస్, ఫ్రైడ్ మోమోస్, స్వీట్ కార్న్, స్ప్రింగ్ రోల్స్ ఇస్తారు. తర్వాత దహీ

కే షోలే, డ్రై మంచూరియా, నూడుల్స్, బేబీ డాల్ చాప్‌లను ప్లేట్లో ఉంచుతారు. వెజ్ సీఖ్ కబాబ్స్ పనీర్ టిక్కాతో మరికొన్ని ఐటెమ్స్ వరస కడతాయి. ఆపై చాట్‌పటీ చాప్, దాల్ మఖ్నీ, షాహీ పనీర్, రోగన్ జోష్ చాప్, మష్రూమ్ మసాలా, రాజ్‌మా మసాలా వడ్డిస్తారు. వీటితోపాటు మిక్స్‌డ్ రైతా, బఠానీలతో కూడిన బాస్మతీ అన్నం, రుమాలీ రోటీ, బటర్ నాన్, లచ్చా పరాఠా, మిస్సీ రోటీ, రెండు అప్పడాలను జోడిస్తారు. చివరగా గులాబ్ జామున్, చాక్లెట్, వెనీలా ఐస్‌క్రీమ్‌లు అందిస్తారు. ఈ థాలీ కోసం ప్రత్యేకంగా ఒక ప్లేట్‌నే తయారుచేయించడం విశేషం.

10. భీమ్: మహాభారతంలోని బలశాలి భీమసేనుడి పేరు పెట్టుకున్న ఈ థాలీ.. 14 కిలోల బరువుంటుంది. 40 నుంచి 50 వంటకాలతో రుచికరంగా ముస్తాబవుతుంది. గుజరాతీ, పంజాబీ, కతియవాడీ వంటకాలు అందిస్తారు. పనీర్, బంగాళదుంప కూరల్లాంటి ప్రధాన వంటకాలూ, రోటీలూ, అన్నం, పప్పు రకాలు, స్ట్రీట్ ఫుడ్ స్నాక్స్, చాట్, స్వీట్లు ఇంకా సంప్రదాయ పానీయాలతో భోజనప్రియులైన కస్టమర్లకు ఆతిథ్యం ఇస్తారు.

అన్ని రుచులు కలబోసుకుని...

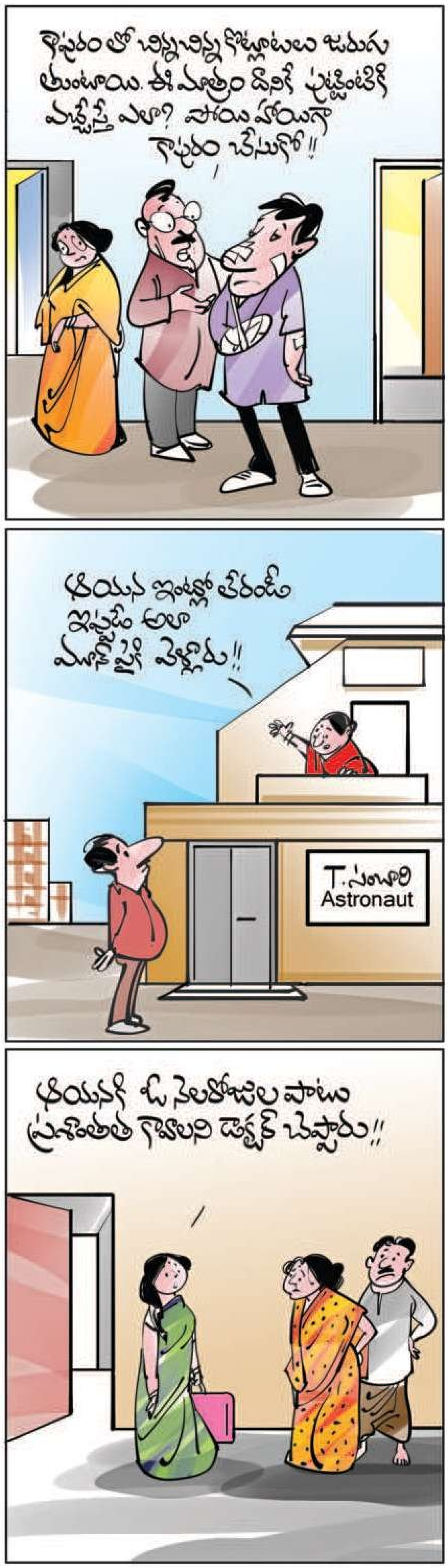
భారతీయ థాలీ అసలు గొప్పతనం దాని పరిమాణంలో లేదు. దాని వైవిధ్యంలోనే ఉంది. ఈ సోషల్ మీడియా యుగంలో ఆ వైవిధ్యం భారీగా, ఘనంగా, ఫొటోజెనిక్‌గా దర్శనమిస్తోంది. ఇప్పటికే ప్రాంతీయ ప్రత్యేకతలను కలిపిన భారీ థాలీలు ఆహార ప్రియులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. ఢిల్లీ గురుగ్రామ్‌లోని 'యునైటెడ్ ఇండియా థాలీ' లాంటివి దేశంలోని వివిధ రాష్ట్రాల వంటకాలను కలిపి ఒకే పళ్లెంలో అందిస్తున్నాయి. భవిష్యత్తులో ఒకే థాలీలో భారతదేశం మొత్తం అనే కాన్సెప్ట్ మరింత మెరుగులు దిద్దుకోవచ్చు. దీనివల్ల ఇతర ప్రాంతాల వంటకాలపై గౌరవం, అవగాహన, వాటి రుచులను మెచ్చుకునే విశాలభావం పెరిగే వీలుంటుంది. గోంగూర పచ్చడి, పప్పు, పొట్లకాయ వేపుడు, పులిహోర, బొబ్బట్లు, గారెలు, కోడికూర, రాయలసీమ రాగి సంగటి, హైదరాబాద్ బిర్యానీ.. ఇలా ఆంధ్ర.. తెలంగాణ ప్రాంతీయ రుచులను కలిపి 'మెగా తెలుగు థాలీ' రూపొందినా ఆశ్చర్యమేమీ లేదు.

మొత్తానికి ఈ రకం 'హ్యూజ్ థాలీల'తో రెస్టారెంట్లకు కూడా ఎంతో ప్రయోజనం ఉంది. ఓ పదిమంది థాలీని తినేసి వెళ్తే అది పెద్ద బిజినెస్ కాదు. కానీ ఆ కస్టమర్లు దాన్ని వీడియో తీసి, తమ అనుభవాన్ని సోషల్‌మీడియాలో పంచుకుంటే... సదరు రెస్టారెంటుకు అపరిమిత ప్రచారం వస్తుంది. వందల, వేలమందిని ఆకట్టుకుంటుంది. కొత్త కస్టమర్లు వస్తారు. బిజినెస్ జోరందుకుంటుంది. ఈ ఆకర్షణ సూత్రాలే అందరితో 'థాలీ బజావో' అనిపిస్తున్నాయి.

- సండే డెస్క్

నా ఇష్టం

Raju



ఫుడ్ & న్యూట్రిషన్

రాత్రివేళల్లో నిద్రాభంగం?

మా నాన్నగారికి 81 ఏళ్లు. రోజుకు సుమారు పదిసార్లు మూత్ర విసర్జన చేస్తున్నారు. దీనికోసం రాత్రుళ్లు చాలాసార్లు నిద్రలేస్తారు. కొన్నిసార్లు వణుకు, జ్వరం,వాంతులు,వీపు నొప్పి కూడా వస్తున్నాయి. దీనికి కారణాలు ఏమిటి? ఆహారజాగ్రత్తలు తెలియజేయండి.

- సంధ్య, కర్నూలు

పెద్ద వయసులో తరచుగా మూత్ర విసర్జన కావడం, ముఖ్యంగా జ్వరం, వణుకు, వాంతులు, వీపు నొప్పి కూడా ఉండడం తేలికగా తీసుకొనే విషయం కాదు. ఇవి మూత్రనాళ ఇన్‌ఫెక్షన్, మూత్రపిండాల ఇన్‌ఫెక్షన్, ప్రొస్టేట్ గ్రంథి పరిమాణం పెరగడం, మూత్రంలో రాళ్లు లేదా మధుమేహం నియంత్రణలో లేకపోవడం లాంటి సమస్యలకు సూచన కావచ్చు. ముఖ్యంగా జ్వరం, వణుకు, వీపు నొప్పి కలిసి కనిపిస్తే అది మూత్రపిండాలకు సంబంధించిన ఇన్‌ఫెక్షన్‌కు కూడా సంకేతం కావచ్చు. ఇటువంటి ఆరోగ్య సమస్యలు బాధిస్తున్నప్పుడు నేరుగా వైద్యులను సంప్రదించడం మంచిది. ప్రొస్టేట్ గ్రంథి పురుషుల్లో మాత్రమే ఉండే చిన్న గ్రంథి. ఇది మూత్రాశయం కింద ఉంటుంది. వీర్యంలో భాగమైన ద్రవాన్ని తయారు చేస్తుంది. వయసు పెరిగే కొద్దీ ఈ గ్రంథి పరిమాణం పెరగడం సహజం. దీంతో తరచుగా మూత్రానికి వెళ్లడం, ముఖ్యంగా రాత్రి వేళల్లో పలుమార్లు మూత్రానికి లేవడం, మూత్రం పూర్తిగా వెళ్లనట్లు అనిపించడం, మూత్రం నెమ్మదిగా రావడం లాంటి లక్షణాలు కనిపించవచ్చు. మూత్ర పిండాల వ్యాధులున్నా, పిత్తాశయం లేదా ప్రొస్టేట్ గ్రంథికి సంబంధించిన ఇబ్బందులున్నా ఆహార నియమాల విషయంలో కూడా తేడాలుంటాయి. కాబట్టి సమస్యను బట్టి తగిన నిపుణులతో మాట్లాడినపుడే సరైన పరిష్కారం లభిస్తుంది.

నాకు 60 ఏళ్లు. మధుమేహం ఉంది. తరచుగా పిరుదులపై గుల్లలు వస్తుంటాయి. ఏదైనా లేపనం రాస్తే తగ్గిపోతాయి. క్యాల్షియం తగ్గితే ఇలా వస్తాయని విన్నాను. ఇది నిజమేనా? క్యాల్షియం పెరగడానికి ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోవాలి?

- పద్మనాభం, తిరుపతి

గుల్లలు ఎక్కువగా చర్మంలోని వెంట్రుకల కుదుళ్లలో బ్యాక్టీరియా ఇన్‌ఫెక్షన్ వల్ల ఏర్పడతాయి. ముఖ్యంగా మధుమేహం సరిగా నియంత్రణలో లేకపోతే ఇలాంటి చర్మ ఇన్‌ఫెక్షన్లు, గుల్లలు మళ్లీ మళ్లీ వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. అందువల్ల ముందుగా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నియంత్రణలో ఉన్నాయో లేదో పరీక్షించుకోవాలి. అలాగే గుల్లలు తరచుగా వస్తుంటే చర్మవ్యాధి నిపుణులను సంప్రదించడం మంచిది. ఈ లోపుగా గుల్లలను పిండడం లేదా గుచ్చడం చేయకూడదు. చర్మాన్ని శుభ్రంగా, పొడిగా ఉంచడం, రోజూ స్నానం చేయడం, నూలు లేదా చెమటను తేలికగా పీల్చుకునే లోదుస్తులు ధరించడం, చెమట పట్టిన తర్వాత బట్టలు మార్చుకోవడం లాంటి పరిశుభ్ర అలవాట్లు కూడా చాలా ముఖ్యం. క్యాల్షియం... ఎముకలు, దంతాలు దృఢంగా ఉండేందుకు, కండరాలు, నరాలు సక్రమంగా పనిచేయడానికి అవసరమైన పోషకం. క్యాల్షియం కోసం పాలు, పెరుగు, పనీర్, రాగులు, నువ్వులు, సోయా పదార్థాలు, ఆకుకూరలను రోజువారీ ఆహారంలో చేర్చుకోవచ్చు.

ఆరోగ్య చిట్కా

అవిసెగింజలను నేరుగా తింటే పూర్తిగా జీర్ణం కావు. దీంతో వాటిలో ఉండే ఒమేగా3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, పీచు పదార్థం, లిగ్నాన్స్ వంటి విలువైన పోష కాలు శరీరానికి పూర్తిగా అందవు. కాబట్టి అవిసె గింజలను స్వల్పంగా వేయించి, మెత్తగా పొడి చేసి పెరుగు, ఓట్స్, స్మూతీలు లేదా సలాడ్లలో కలిపి తీసుకోవడం ఉత్తమం.

నా వయసు 25 ఏళ్లు, సాఫ్ట్‌వేర్ ఉద్యోగిని. గత కొంతకాలంగా నాకు తెల్లజుట్టు ఎక్కువగా కనిపిస్తోంది. జుట్టు రాలుతోంది. నా స్నేహితుల్లో కూడా ఇదే సమస్య. దీనికి పోషకాహార లోపాలు ఏమైనా కారణమా?

- మోనిక, హైదరాబాద్

వయసు పెరగడం, వంశపారంపర్య లక్షణాలు, హార్మోన్ల మార్పులు, ఒత్తిడి వంటివి చిన్న వయసులోనే తెల్లజుట్టు రావడానికి కారణం కావచ్చు. పోషకాల లోపమూ ఉండవచ్చు. ముఖ్యంగా మాంసకృత్తులు, ఇనుము (ఐరన్), జింక్, విటమిన్ బి12, విటమిన్ డి, ఫోలేట్, కాపర్ వంటి పోషకాల లోపం జుట్టు ఆరోగ్యంపై ప్రభావం చూపుతుంది. అయితే తెల్లజుట్టుకు ప్రధాన కారణం చాలా సందర్భాల్లో వంశపారంపర్యత, వయసు. ఆహారం ఒక్కటే తెల్లజుట్టును పూర్తిగా నివారించలేకపోయినా, పోషకాల లోపాన్ని సరిచేయడం వల్ల జుట్టు ఆరోగ్యానికి సహాయపడుతుంది. రోజువారీ ఆహారంలో అన్ని రకాల కూరగాయలు, పండ్లు, తృణధాన్యాలు, పప్పుధాన్యాలు, శనగలు, రాజ్మా, ఉలవలు, సోయా బీన్స్, అలాగే గుడ్లు, చేపలు, చికెన్, పనీర్, టోఫు వంటి మంచి మాంసకృత్తులను సమృద్ధిగా చేర్చుకోవాలి. అదనంగా బాదం, అక్రోట్లు, జీడిపప్పు, గుమ్మడి గింజలు, నువ్వులు, అవిసె గింజలు వంటి గింజలు, డ్రై ఫ్రూట్స్ కూడా మంచిది. శరీరానికి తగినంత నీరు తాగడం, తగిన నిద్ర, క్రమమైన వ్యాయామం అవసరం. ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవాలి. జుట్టు ఒక్కసారిగా ఎక్కువగా రాలడం వేగంగా తెల్లబడడం లేదా ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు ఉంటే స్వయంగా విటమిన్ సప్లిమెంట్లు తీసుకోవడం కన్నా ముందుగా వైద్యులను సంప్రదించడం మంచిది. అవసరం లేకుండా అధిక మోతాదులో సప్లిమెంట్లు తీసుకోవడం వల్ల కొన్ని సందర్భాల్లో జుట్టు రాలడం మరింత పెరిగే అవకాశం కూడా ఉంది.

డా. లహరి సూరపనేని
న్యూట్రిషనిస్ట్, వెల్‌నెస్ కన్సల్టెంట్
nutrifulyou.com

(పాఠకులు తమ సందేహాలను sunday.aj@gmail.com కు పంపవచ్చు)

నడి వయసులోకి వచ్చారా?

ఫిట్‌నెస్

నడివయసులోకి వచ్చాక చాలామందిలో జుట్టు పలుచబడి పోవడం, చర్మం సాగడం వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. పుస్తకం చదువుతుంటే అక్షరాలు మసక బారటం, ఐస్‌క్రీమ్ తింటుంటే పళ్లు జివ్వుమనడం తెలుస్తుంటాయి. ఇవి వయసును బట్టి వచ్చే మార్పులే. బయటికి కనిపించేవి. మరి శరీరం లోపల జరిగేవి ఎలా తెలుసుకోవాలి? ఇది ప్రతీ ఒక్కరికీ ఎదురయ్యే ప్రశ్నే. ఇంట్లోనే చేయగల కొన్ని సులభమైన పరీక్షల ద్వారా... నడివయసులో శరీర స్థితి ఎలా ఉందో తెలుసుకోవచ్చు.

ఫ్లెమింగో పరీక్ష

చిన్నప్పుడు కొంగలా ఒంటి కాలిమీద నిలుచుని ఆడిన ఆటలు ఎన్నో. ఒకసారి ఆ ఆటల్ని గుర్తుతెచ్చుకుంటూ ఒంటి కాలిపై నిలుచుందామా? ఇదేదో సరదాగా అనిపించినా... కంటిచూపు, కండరాలు, కీళ్లను బ్యాలెన్స్ చేస్తే కానీ ఇలా నిలుచోలేం. ఎంతసేపు నిలుచున్నాం అనేదాన్ని బట్టి శరీరంలో అంతర్గతంగా జరుగుతోన్న మార్పులను పసిగట్టవచ్చు. మధ్యవయస్కులు ఒంటి కాలి మీద 30 క్షణాలు నిలుచున్నారంటే వయసుకు తగ్గట్టే మార్పులు జరుగుతున్నాయని అంచనా వేయొచ్చు. అదే 50 నుంచి 59 ఏళ్ల మధ్య వయస్కులు 37 క్షణాలు, 60 నుంచి 69 ఏళ్ల లోపు వాళ్లు 18 క్షణాలు, 70 నుంచి 79 ఏళ్ల వయస్కులు 19 క్షణాలు నిలుచుంటే సరైన దశలోనే వయసు పెరుగుతోందని అర్థం చేసుకోవచ్చు.

కుర్చీ పరీక్ష

చాలామంది టీవీలకు అతుక్కుపోయి కుర్చీలో కూర్చుండిపోవడం మామూలే. అయితే భుజాలపై అటూ ఇటూ చేతులుంచి... 30 క్షణాల్లో కుర్చీ నుంచి ఎన్నిసార్లు లేచి కూర్చోగలరో లెక్కించండి. పిరుదులు, తొడలు, పొత్తికడుపు కండరాల సమన్వయం ఈ వ్యాయామంలో కనిపిస్తుంది. 50 ఏళ్లలో ఉన్నవారు 20 సార్లు, 60- 65 ఏళ్ల వయసువారు 12 నుంచి 14 సార్లు చేస్తే వయసుకు తగ్గట్టుగా ఉన్నట్టు లెక్క. గుండె, ఊపిరితిత్తులు దృఢంగా ఉన్నాయని అర్థం చేసుకోవచ్చు.

నేల పరీక్ష

నేల మీద కూర్చోవడమే మర్చిపోతున్నాం. శరీరంలోని అంతర్గత మార్పులు తెలుసుకోవడానికి ఓ నేల పరీక్ష ఉంది. నేల మీద పద్మాసనంలో కూర్చుని... ఏ ఆధారం లేకుండా మెల్లగా పైకి లేవాలి. ఇలా పది సార్లు చేయాలి. ఆరోగ్యవంతులు, పూర్తి ఫిట్‌నెస్ ఉన్నవాళ్లు మాత్రమే ఈ సాహసం చేయడం మంచిది. ఈ పరీక్ష ద్వారా కాళ్ల కండరాల శక్తి, కదలికలు, వివిధ అవయవాల మధ్య సమతుల్యం బయటపడుతుంది.

చేతి పట్టు పరీక్ష

మీ చేతులు ఎంత బరువును మోయగలవు? ఏదైనా వస్తువును అందుకుంటుంటే పట్టు సడలుతోందా? డైనమోమీటర్ అనే పరికరం ద్వారా చేతి పట్టు బలాన్ని తెలుసుకోవచ్చు. చేతి పట్టులో ఉన్న బలం ఆధారంగా గుండె ఆరోగ్యం, కండరాల బలం, ఆయుష్షును కూడా అంచనా వేయొచ్చు. పట్టు తగ్గుతుంటే మాత్రం డయాబెటిస్, డిప్రెషన్ లాంటి వాటికి బయోమార్కర్‌గా గుర్తుంచుకోవాలి. పూర్తి బలంతో టెన్నిస్ బాల్‌ను పట్టుకుని శక్తిని పెంచుకునే సాధనాలూ మొదలెట్టొచ్చు.

నడక పరీక్ష

కొందరు వడివడిగా, మరికొందరు నత్త నడకన నడుస్తుంటారు. అయితే శరీర స్థితిని కొలిచేందుకు నడక ఓ పరీక్ష అన్నది తెలుసా? యుక్తవయసులో వేగంగా నడవలేకపోతే బయోలాజికల్ ఏజ్ పెద్దదిగా అవుతుంది. అంటే వాస్తవ వయసు తక్కువగా ఉన్నా శరీరం, మెదడు త్వరగా వృద్ధాప్యానికి లోనవుతాయని అర్థం. ఈ వడి పరీక్షను స్టాప్‌వాచ్ ఆధారంగా ఇంట్లోనే సులభంగా చేయొచ్చు. నాలుగు మీటర్ల నుంచి ఆరు మీటర్ల మధ్య దూరాన్ని ఎంతసేపట్లో నడుస్తున్నారో లెక్కచేసుకోవాలి. ఈ దూరాన్ని నాలుగు సెకన్లలో పూర్తి చేస్తే మీ నడకలో వడి... సెకన్‌కు ఓ మీటరుగా అర్థం చేసుకోవాలి. ఇది ఆరోగ్యకరమైన వడి. నడుస్తుంటే కింద పడిపోయే ప్రమాదాల్ని అంచనా వేయడానికి ఈ పరీక్షలు ఉపయోగపడతాయి. ✻

మీకు తెలుసా?

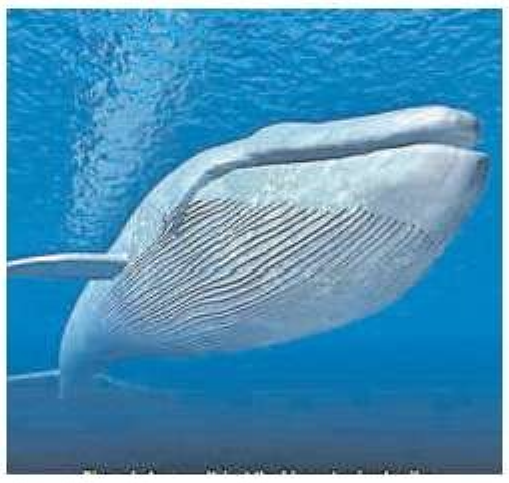
★ కుందేలు పిల్లలను కిట్స్ అంటారు.

★ స్కాట్లాండ్ జాతీయ జంతువు యూనికార్న్. సెల్టిక్ పురాణాల ప్రకారం ఆధిపత్యం, శౌర్యం, స్వచ్ఛత, అమాయకత్వానికి ఇది చిహ్నం.

★ అల్లోడాక్సా ఫోబియా అంటే ఇతరుల అభిప్రాయాల పట్ల ఉండే భయం. ఇది ఒక అరుదైన సామాజిక ఫోబియా.

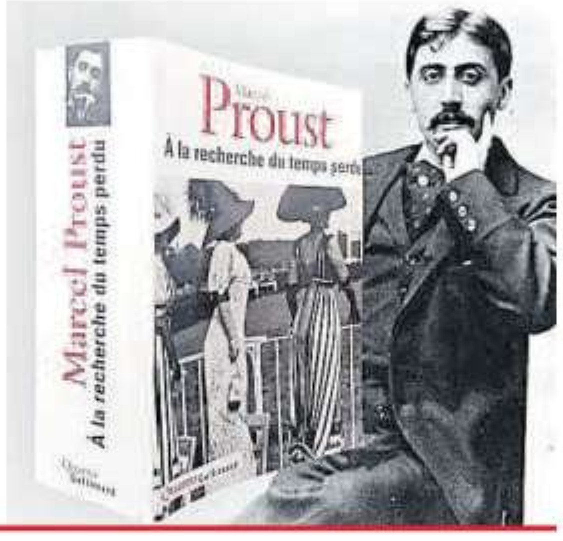
★ ఆస్ట్రేలియా చంద్రుని కన్నా వెడల్పుగా ఉంటుంది. చంద్రుని వ్యాసం 3,400 కిలోమీటర్లు కాగా, ఆస్ట్రేలియా వ్యాసం సుమారు 4 వేల కిలోమీటర్లు.

★ కాఫీ ఉత్పత్తిలో బ్రెజిల్ మొదటి స్థానంలో ఉంటే... వియత్నాం, కొలంబియా తర్వాతి స్థానాల్లో ఉన్నాయి.



★ నీలి తిమింగలాలు 1 లక్షా 30 వేల నుంచి, 1 లక్షా 50 వేల కిలోల దాకా బరువుంటాయి. వీటి గుండె బరువే సుమారుగా 180 కిలోలు ఉంటుంది.

★ మార్సెల్ ప్రూస్ట్ రాసిన 'ఆ లా రెషెర్ష్ దు తాం పెర్దు' (గత కాలపు జ్ఞాపకాలు) అనే పుస్తకంలో సుమారు 96 లక్షల 9 వేల అక్షరాలున్నాయి. దీనివల్ల ఇది ప్రపంచంలోనే సుదీర్ఘమైన పుస్తకంగా నిలిచింది.



★ ప్రపంచంలోనే అత్యంత పొడవైన నడక దూరం 14 వేల మైళ్లు. రష్యాలోని మగదాన్ నుంచి దక్షిణాఫ్రికాలోని కేప్‌టౌన్ దాకా నడవొచ్చు.

★ ఒక సాధారణ జీవితకాలంలో నిద్రపోతున్నపుడు ఎవరైనా సుమారు 70 రకాల కీటకాలను తినే అవకాశం ఉందట.

★ మొట్టమొదటి స్పీడ్ చలాన్ 1896 లో జారీ అయ్యింది. యు.కె.లోని కెంట్ ప్రాంతానికి చెందిన వాల్టర్ ఆర్నాల్డ్ అనే వ్యక్తికి ఇచ్చారు.

★ మనకు భూకంపాలు ఉన్నట్టే... చంద్రునిపై కూడా చంద్రకంపాలు వస్తాయి. చంద్రునికి, భూమికి మధ్య దూరానికి సంబంధించిన ఆటుపోట్లు, ఒత్తిళ్ల కారణంగా ఇవి సంభవిస్తాయి.

★ 'పల్ప్ ఫిక్షన్' సినిమాలోని గడియారాలన్నీ 4.20 సమయాన్ని చూపిస్తాయి. అసలు విషయం తెలుసుకోవాలంటే మనం ఆ సినిమాను మళ్లీ చూడాల్సిందేమో అనిపిస్తుంది.

★ వాటికన్ సిటీ ప్రపంచంలోనే అత్యంత చిన్న దేశం. ఇది మాన్‌హట్టన్ ద్వీపం కన్నా 120 రెట్లు చిన్నది.

★ నిజంగా 'షెల్' ఆకారంలో ఉన్న షెల్ గ్యారేజ్ ఒక్కటి మాత్రమే ఉంది. 1930లో మొత్తం 8 నిర్మించినప్పటికీ ప్రస్తుతం నార్త్ కరోలినాలో ఒక్కటి మాత్రమే మిగిలి ఉంది.

సాహసం శ్వాసగా... సాగిపో...

ప్రతీ మలుపు ఒక కొత్త దృశ్యాన్ని చూపిస్తుంది. ప్రతీ కొండ ఒక కొత్త అనుభూతిని పంచుతుంది. ప్రతీ ప్రయాణం ఒక కొత్త కథను పరిచయం చేస్తుంది. విమానంలోనో, రైలులోనో వెళ్లి కొత్త ప్రదేశాల్ని చూసి రావడం మామూలే. యువతరం మాత్రం దారి వెంట ప్రకృతిని ఆస్వాదిస్తూ ప్రయాణించడంలో కలిగే అనుభూతిని పొందాలనుకుంటోంది. అందుకోసం బైక్ ప్రయాణాన్ని ఎంచుకుంటున్నారు. అయితే బైక్ టూర్లకు ఏ రహదారులు సరైనవి? ఏ మార్గంలో మర్చిపోలేని అనుభూతుల్ని మూటగట్టుకోవచ్చు? ఆ విశేషాల ప్రయాణమే ఇది...

బైక్ టూర్ అంటే కేవలం ఒక ప్రాంతం నుంచి మరో ప్రాంతానికి వెళ్లడం కాదు. ప్రజలతో మమేకమవుతూ, సంస్కృతి, సంప్రదాయాలు తెలుసుకుంటూ, ప్రకృతిని ఆస్వాదిస్తూ సాగిపోయే ఒక సాహస యాత్ర. సాహసోపేతంగా ఉండాలని కోరుకునేవారికి, రైడర్లకు సవాళ్లు విసిరే మార్గాలున్నాయి. అలా కాకుండా సరదాగా, ప్రశాంతంగా సాగిపోవాలనుకుంటే సులభమైన మార్గాలూ ఉన్నాయి. బైక్ ట్రిప్‌కు ముందుగా రూట్‌ను ప్లాన్ చేసుకోవడం ముఖ్యం. రూట్ మాత్రమే కాదు... వెళ్లే సీజన్, ప్రయాణించాల్సిన దూరం ఎంత? ఎన్ని రోజులు వెళుతున్నారు? ఎలాంటి దుస్తులు, పరికరాలు తీసుకెళ్లాలి? వంటి అంశాలను కూడా పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి. హిమాలయాల నుంచి కేరళ వరకు, రాజస్థాన్ నుంచి పుదుచ్చేరి వరకు, గోవా నుంచి గువాహటి వరకు బైక్ ప్రియులకు సరిపోయే రూట్లు చాలానే ఉన్నాయి.

డ్రీమ్ రూట్

మనాలీ - లేహ్.... బైక్ ప్రయాణాలు చేసే వారికి ఒకరకంగా డ్రీమ్‌రూట్. ఇది సాధారణ రోడ్ ట్రిప్ కాదు. హై ఆల్టిట్యూడ్ అడ్వెంచర్ ట్రిప్. బైకర్స్‌కి మరిచిపోలేని అనుభవాన్ని అందిస్తుంది. ఈ రూట్‌లో ప్రయాణం మనాలీలో ప్రారంభమై ఖర్దుంగ్ లా పాస్, రోహ్‌తంగ్ లా, గులాబా, దార్చా వంటి ప్రాంతాల మీదుగా సాగుతుంది. ప్యాంగాంగ్ లేక్, డెస్కిట్, సింధునది, నుబ్రా వ్యాలీ అందాలు చూసి తీరాల్సిందే. ఎత్తైన కొండ ప్రాంతాల్లో ప్రయాణం ఉంటుంది కాబట్టి విండ్‌ప్రూఫ్ జాకెట్లు ధరించాలి. జూలై నుంచి సెప్టెంబర్ మధ్య కాలం బైక్ రైడ్‌కు అనువైనది.

భిన్నమైన అనుభూతి

లేహ్ కన్నా కొంచెం భిన్నమైన అనుభూతి కావాలంటే మనాలీ - స్పితీ వ్యాలీ రూట్‌ని ఎంచుకోవచ్చు. 12 రోజుల పాటు ఈ టూర్ ఆద్యంతం పర్వతాలు, లోయల గుండా సాగుతుంది. భారతదేశంలో మోస్ట్ బ్యూటీఫుల్ జర్నీగా ఈ రూట్‌కు గుర్తింపు ఉంది. మనాలీ నుంచి ప్రయాణం ప్రారంభమై... రోహ్‌తంగా పాస్, చంద్రతాల్ సరస్సు, కుంజుమ్ పాస్ మీదుగా కాజా చేరుకుంటారు. ఇక్కడి రోడ్లపై ప్రయాణం ఒకరకంగా సహనానికి పరీక్షనే. రాళ్లు, నీటి ప్రవాహాలు, ఇరుకైన కొండ రోడ్లు సవాళ్లు విసురుతాయి. కానీ అదే సమయంలో చుట్టూ కనిపించే పర్వతాలు, పురాతన బౌద్ధ మఠాలు, నిశ్శబ్దమైన లోయలు ఈ ప్రయాణాన్ని మరచిపోలేని ట్రిప్‌గా మారుస్తాయి. చంద్రతాల్ సరస్సు దగ్గర క్యాంపింగ్ చేయడం ఈ ప్రయాణంలో ప్రత్యేకంగా నిలిచిపోతుంది. ఎత్తైన పర్వతాలు, మంచుతో కప్పబడిన ప్రాంతాలు కనిపిస్తాయి. బాస్పా, కిన్నౌర్ ప్రాంతాల్లోని ఆపిల్, ఆప్రికాట్ తోటలు, సట్లెజ్ నది దృశ్యాలు, మంచుతో కప్పబడిన మఠాలు ఈ ప్రయాణాన్ని అందంగా మారుస్తాయి. ప్రయాణానికి అనువైన సమయం మే నుంచి జూలై.

ఎడారి ప్రయాణం

రాజస్థాన్ చరిత్ర, సంస్కృతి, ఎడారి అందాలు, కోటలు, పురాతన రాజభవనాలు, రంగురంగుల పట్టణాలు చూసేందుకు జైపూర్ - జోధ్‌పూర్ - జైసల్మేర్ బైక్ టూర్ మంచి ఎంపిక. పింక్ సిటీ, బ్లూసిటీ, గోల్డెన్ సిటీలను చుట్టొచ్చే ట్రిప్ ఇది. రాజస్థాన్ గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోని ప్రజల జీవనశైలిని దగ్గరగా చూడవచ్చు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో లభించే స్థానిక వంటకాల రుచిని కూడా ఆస్వాదించొచ్చు. రాజ్‌పుతానా శైలిలో నిర్మించిన కోటలు, భవనాలు దాదాపు ప్రతీ చోటా కనిపిస్తాయి. ఎడారి ప్రాంతాల్లో ప్రయాణం కొంత సవాలుగా ఉంటుంది. నవంబర్ నుంచి ఫిబ్రవరి మధ్య కాలం ప్రయాణానికి అనువుగా ఉంటుంది.

మరిచిపోలేని ట్రిప్

అహ్మదాబాద్ - రణ్ ఆఫ్ కచ్.... బైక్ ట్రిప్ ఆద్యంతం ఆశ్చర్యాలకు గురి చేస్తుందనే చెప్పాలి. పౌర్ణమి సమయంలో ఈ ప్రయాణాన్ని ప్లాన్ చేస్తే మరింత అద్భుతంగా ఉంటుంది. గ్రేట్ రణ్ ఆఫ్ కచ్‌లో పౌర్ణమి వెన్నెలను చూడటం జీవితాంతం గుర్తుండిపోయే అనుభూతి. గుజరాత్‌లోని రద్దీగా ఉండే నగర ప్రాంతాల నుంచి బైక్ ట్రిప్ ప్రారంభమై.. ఉప్పు ఎడారితో కూడిన రణ్ ఆఫ్ కచ్ వరకు సాగే సరికొత్త అనుభూతి వల్ల బెస్ట్ ట్రిప్‌గా నిలుస్తుంది. మార్గమధ్యంలో అడవి గాడిదల శాంక్చువరీ, ధోలవీరా వంటి ప్రదేశాలను కూడా సందర్శించవచ్చు. కచ్ ప్రాంతం గొప్ప సాంస్కృతిక వైవిధ్యానికి ప్రసిద్ధి. అహ్మదాబాద్, ధోలవీరా, మాండ్వి, భుజ్, కచ్ మొత్తం దూరం సుమారు 750 కి.మీ. కనీసం 5 రోజుల పాటు ప్రయాణం సాగుతుంది. అక్టోబర్ నుంచి మార్చి మధ్య కాలం ప్రయాణానికి అనువైనది.

ఆకట్టుకునే ఈశాన్య భారతం

ఈశాన్య భారతంలో బైక్ ట్రిప్ ప్లాన్ చేసుకునేవారికి గువాహటి - తవాంగ్ రూట్ మంచి ఆప్షన్. ఈ మార్గంలో పచ్చని కొండలు, లోయలు, జలపాతాలు, మేఘాలతో కప్పబడిన పర్వతాలు కనువిందు చేస్తాయి. తవాంగ్ వెళ్లే మార్గంలో సెలా పాస్ ప్రధాన ఆకర్షణ. ఎత్తైన పర్వత మార్గాల మీదుగా బైక్ ప్రయాణం సాహసికులకు మరచిపోలేని అనుభూతిని ఇస్తుంది. అయితే కొన్ని చోట్ల రోడ్లు సరిగా లేకపోవడం, కొండచరియలు విరిగిపడటం, రోడ్లు మూసుకుపోవడం వంటి సమస్యలు కూడా ఎదురుకావొచ్చు. మార్గమధ్యంలో జలపాతాలు, మెట్ల పద్ధతిలో సాగు చేసే వరి పొలాలు, కొండ వాగులు, చిన్న గ్రామాలు కనిపిస్తాయి. అంతేకాదు, స్థానిక గిరిజన సంస్కృతిని దగ్గరగా చూసే అవకాశం లభిస్తుంది. ఈ మార్గంలో బొమ్డిలా, దిరాంగ్, తవాంగ్, గోర్షమ్ చోర్టెన్, జీరో, పరశురామ్ కుండ్, నామ్‌దఫా నేషనల్ పార్క్ చూడొచ్చు. అక్టోబర్ నుంచి మార్చి మధ్య సమయం ప్రయాణానికి అనువైనది.

వీకెండ్ గేట్‌వే

పుదుచ్చేరికి బైక్ ప్రయాణం చెన్నై ప్రజలకు ఒక వీకెండ్ గేట్‌వేలా ఉంటుంది. చెన్నై నుంచి పుదుచ్చేరికి బైక్ రైడ్ ఆహ్లాదకరమైన అనుభవాన్ని అందిస్తుంది. ఈస్ట్ కోస్ట్ రోడ్ మీదుగా ప్రయాణం ప్రత్యేకం. ఒకవైపు సముద్రం, మరోవైపు పచ్చని పొలాలు, మధ్యలో కనిపించే మత్స్యకారుల గ్రామాలు ప్రయాణానికి ప్రత్యేకమైన అందాన్ని ఇస్తాయి. సద్రాస్ డచ్ ఫోర్ట్, ఆలంపరై కోట శిథిలాలు, కల్పక్కం టౌన్‌షిప్, సెరినిటీ బీచ్, చున్నంబార్ బ్యాక్‌వాటర్స్ వంటి ప్రదేశాలు చూడదగినవి. సీజన్‌తో సంబంధం లేకుండా ఏడాదిలో ఎప్పుడైనా ప్రయాణం చేయవచ్చు.

అందాల అరకు వ్యాలీ

అరకు లోయ జీవ వైవిధ్యానికి ప్రసిద్ధి. వైజాగ్ నుంచి అరకు వరకు బైక్ ట్రిప్ మరిచిపోలేని అనుభూతిని పంచుతుంది. చుట్టూ దట్టమైన అడవులు, కొండలు, పచ్చని ప్రకృతి ఈ ప్రయాణాన్ని ఎంతో అందంగా మారుస్తాయి. సముద్రతీరం నుంచి కొండలు, అడవులతో కూడిన ప్రాంతం వరకు ట్రిప్ సాగుతుంది. ఈ రూట్‌లో బొర్రా గుహలు, గాలికొండ వ్యూ పాయింట్ చూసి తీరాల్సిందే. అనంతగిరి హిల్స్‌లో కాఫీ తోటలను చూడొచ్చు. టైడా మంచి వ్యూపాయింట్. ట్రిప్ విశాఖపట్నంలో ప్రారంభమై కొత్తవలస, శృంగవరపుకోట, బౌడారా, బొర్రా, అరకు వరకు సాగుతుంది. మొత్తం ప్రయాణ దూరం సుమారు 115 కి.మీ ఉంటుంది. ఏడాదిలో ఎప్పుడైనా వెళ్లవచ్చు.

అడ్వెంచర్ రైడ్

లద్దాఖ్‌లో బైక్ రైడింగ్ ఒక డ్రీమ్ డెస్టినేషన్. ప్రకృతి అందాలతో నిండిన ఈ ప్రాంతం అడ్వెంచర్ ప్రియులకు ఒక పరీక్ష లాంటిది. కఠినమైన రోడ్లు, అనూహ్యమైన వాతావరణం, కొండచరియలు విరిగిపడే ప్రమాదం వంటి సవాళ్లు రైడర్లకు ఎదురవుతుంటాయి. అయితే అందమైన సరస్సులు, ఎత్తైన పర్వత మార్గాలు, బౌద్ధ మఠాలు, వంకలు తిరిగే కొండ రహదారులు లద్దాఖ్ ప్రయాణాన్ని జీవితంలో మరచిపోలేని అనుభవంగా మారుస్తాయి. జూన్ నుంచి అక్టోబర్ మధ్య వరకు ట్రిప్ ప్లాన్ చేసుకోవచ్చు.

ప్రకృతిని ఆస్వాదిస్తూ...

కేరళ బ్యాక్ వాటర్స్ అందాలు చూసి తీరాల్సిందే. ప్రకృతి అందాలను ఆస్వాదిస్తూ సాగే ఈ టూర్ కొచ్చిలో ప్రారంభమై మున్నార్, తేక్కడి మీదుగా అలెప్పీ వరకు సాగుతుంది. బైక్ ట్రిప్ ప్రశాంతంగా సాగిపోవాలంటే ఈ రూట్‌ని ఎంచుకోవాలి. కొండలపై విస్తరించిన టీ తోటలు, చల్లని వాతావరణం, పొగమంచుతో కప్పబడిన ప్రకృతి దృశ్యాలతో ఆకట్టుకునే అందమైన హిల్ స్టేషన్‌లతో ప్రయాణం ఆద్యంతం మధురానుభూతులను పంచుతుంది. టీ తోటలు, కొండల మధ్య ప్రశాంతంగా ఉన్న మట్టుపెట్టి డ్యామ్ దృశ్యాలు చూసి తీరాల్సిందే. అక్టోబర్ నుంచి ఫిబ్రవరి మధ్య సమయం ట్రిప్‌కు అనువైనది. ✻

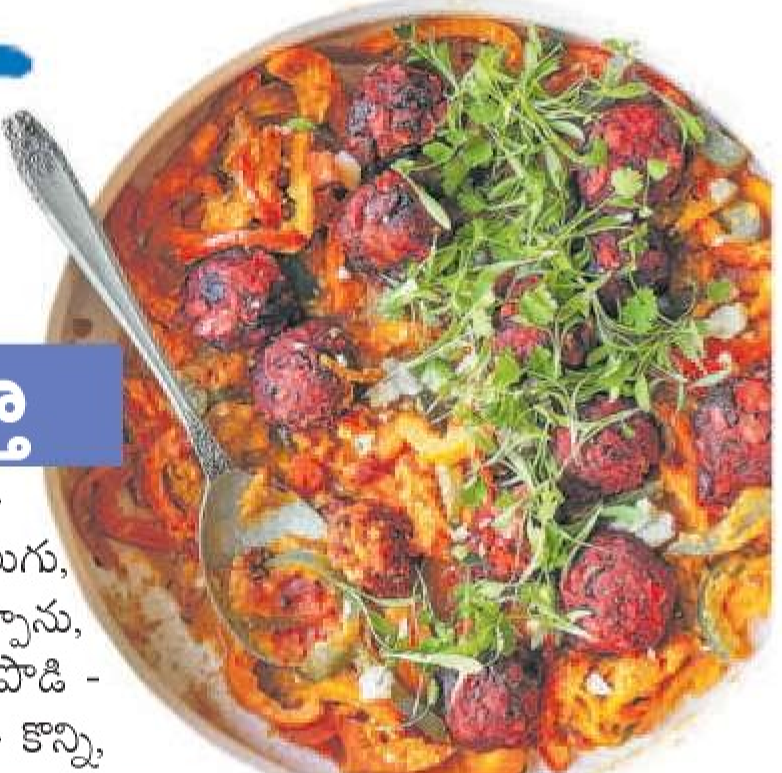
సిలిగురి నుంచి డార్జిలింగ్ మధ్య వాతావరణం ఎంతో ఆహ్లాదకరంగా ఉంటుంది. పర్వతాల మధ్య బైక్‌పై ప్రయాణించడం అద్భుతమైన అనుభూతిని ఇస్తుంది. 70కి.మీ బైక్ రైడ్ ఆద్యంతం ప్రకృతి కనువిందు చేస్తుంది. అక్టోబర్ అనువైన సమయం.

కిచెన్ ల్యాబ్

దాల్ కీ దుల్హన్

కావలసిన పదార్థాలు: కంది పప్పు - అర కప్పు, పెసర పప్పు- రెండు స్పూను, ఎర్ర కందిపప్పు - రెండు స్పూన్లు, పసుపు - అర స్పూను, గోధుమ పిండి - కప్పు, నెయ్యి - రెండు స్పూన్లు, బిర్యానీ ఆకు - ఒకటి, ఎండు మిర్చి -1, దాల్చిన చెక్క- 1, లవంగాలు -2, మిరియాలు - 4, ఉల్లి ముక్కలు-అర కప్పు, ఇంగువ - కొంచెం, నీళ్లు - తగినంత.

తయారుచేసే విధానం: కాస్త నీళ్లు, ఉప్పు వేసి గోధుమ పిండిని ముద్దలా చేసి, మూత పెట్టాలి. ఓ ప్రెషర్ కుక్కర్‌లో కంది పప్పు, పెసర పప్పు, ఎర్ర కంది పప్పు, పసుపు, ఉప్పు, కప్పున్నర నీళ్లు వేసి మూతపెట్టాలి. మూడు విజిల్స్ తరవాత స్టవ్ కట్టేయాలి. గోధుమ పిండిని చిన్న పూరీల్లా వత్తుకుని, అటూ ఇటూ చివర్లు కలిపి పూవులా చుట్టాలి. ఆ పూవు ఫోటోలో ఉన్నట్టుగా ఉండాలి. కుక్కర్ మూత తీసి పప్పునంతా గరిటెతో కలిపి, కాస్త నీళ్లు పోసి ఈ పువ్వులను వేసి స్టవ్ వెలిగించాలి. అలా పావు గంట ఉడికించి స్టవ్ కట్టేయాలి. ఓ చిన్న బాణలిలో నెయ్యి వేసి ఉల్లి, ఎండు మిర్చి, దాల్చిన చెక్క, మిరియాలు, లవంగాలు, ఇంగువ వేసి పోపు పెట్టి, పప్పు మిశ్రమంలో కలిపితే బిహారీ వంటకం దాల్ కీ దుల్హన్ తయారు.



బీట్‌రూట్ కోఫ్తా

కావలసిన పదార్థాలు: బీట్‌రూట్ - పావు కిలో, వెల్లుల్లి రెబ్బలు - నాలుగు, చీజ్ - రెండు స్పూన్లు, కారం - స్పూను, ధనియాల పొడి - స్పూను, కార్న్ పొడి - నాలుగు స్పూన్లు, అల్లం ముక్కలు- కొన్ని, టమాటా ముక్కలు - అర కప్పు, పచ్చి మిర్చి ముక్కలు - రెండు స్పూన్లు, కోవా - రెండు స్పూన్లు, జీడిపప్పు - ఆరు, టమాటా ప్యూరీ - అర కప్పు, జీలకర్ర పొడి-స్పూను, కసూరి మెంతి - అర స్పూను, నూనె, ఉప్పు, నీళ్లు - తగినంత.

తయారుచేసే విధానం: జీడిపప్పును వేడి నీళ్లలో అరగంట నానబెట్టాలి. సగం బీట్‌రూట్‌లు పొట్టుతీసి తురుముకోవాలి. చీజ్‌ను కూడా తురమాలి. ఓ బాణలిలో కాస్త నూనె వేసి వెల్లుల్లి ముక్కలని వేయించాలి. రెండు నిమిషాల తరవాత బీట్‌రూట్ తురుము, పచ్చిమిర్చి. జీలకర్ర పొడి వేసి స్టవ్ కట్టేయాలి. ఉప్పు వేసి అంతా కలిపి, చిన్న చిన్న ముద్దలుగా చేసుకోవాలి. నూనెలో ఈ ముద్దలను వేయించి పక్కన పెట్టుకోవాలి. చల్లారాక మధ్యలో కోసి రెండు అరచెక్కలుగా చేయాలి. జీడిపప్పును బ్లెండర్‌లో వేసి ముద్దగా చేసుకోవాలి. మిగతా బీట్‌రూట్‌ను చిన్న ముక్కలుగా కోసి బ్లెండర్‌లో వేసి పేస్టు చేసుకోవాలి. ఓ పాన్‌లో కాస్త నూనె వేసి ఉల్లి, అల్లం ముక్కలు వేయించాలి. పచ్చి మిర్చి, టమాటా ముక్కలు, పసుపు, జీలకర్ర పొడి వేయాలి. టమాటా ప్యూరీ, జీడిపప్పు పేస్టు కలపాలి. అంతా దగ్గరకి అవుతుంటే టమాటా ప్యూరీ, జీడిపప్పు పేస్టు వేసి అయిదు నిమిషాలు ఉడకనివ్వాలి. ఆ తరవాత బీట్‌రూట్ పేస్ట్, ఉప్పు, కోవా కలపాలి. అయిదు నిమిషాల తరవాత కసూరి మెంతి వేసి, స్టవ్ కట్టేయాలి. ఈ గ్రేవీనంతా ఓ గిన్నెలో వేసి మధ్యమధ్యలో బీట్‌రూట్ అరచెక్కలని పెడితే సరి.

పుచ్చకాయతో వంటకాలు

గుమ్మడికాయకి తమ్ముడు, సొరకాయకి సోదరుడు, దోసకాయకి మనవడు అవుతుంది పుచ్చకాయ. కేవలం పండుగానే కాదు, కాయ గూరగా కూడా వండుకోవటానికి తగిన వంశ చరిత్ర దానికుంది.

రామదోస కాయ, కలింగరికాయ, కర్బూజ కాయ ఇలా ఒక్కో ప్రాంతంలో ఒక్కో పేరుతో పుచ్చకాయని పిలుస్తారు. నల్లని తోలు కలిగి నవిగా ఉన్నవాటిని కరిపుచ్చకాయ అంటారు. జనం వాడుకలో అదే కరిబూజ, కర్బూజగా మారింది. దాన్ని బట్టి తరుబూజ అనటం కూడా ఉంది. లేత ఆకుపచ్చగా ఉండి, పైన తెల్లని చారలు ఉంటే దాన్ని కరలు (చారలు) పుచ్చ అంటారు. ఇదికూడా కరుబూజ అనే పదానికి కారణం కావచ్చు. కొందరు దోసకాయ ఆకారంలో ఉండే పండుని కర్బూజ అనీ, కొందరు దీన్నే కళింగ ఫలం, కాళిందఫలం అనీ అంటారు.

పుచ్చకాయ తింటే తీపి సమానంగా ఉంటుంది. లోపల కొవ్వుని పెంచే ద్రవ్యాలు లేవు, కొంచెం తినగానే కడుపు నిండిపోతుంది కాబట్టి! పుచ్చకాయలు తినేవారికి శరీరం సన్న బడుతుందని ఒక వివరణ ఉంది. 100గ్రాముల పుచ్చముక్కల్లో 91.45% నీరుంది. కానీ ఈ నీరు మన ఆర్ వో వాటర్ కన్నా చాలా శక్తివంతమైనది. అందులోనే విలువైన పదార్థాలెన్నో దాగి ఉన్నాయి. అయితే పుచ్చకాయలోపల నీళ్లు మాత్రమే ఉంటాయి, పోషకాలేవీ ఉండవనేది కూడా అపోహే! ఇందులో అధికంగా 'బి' విటమిన్లు, క్యాల్షియం, పొటాషియం ఎలక్ట్రోలైట్లు, దండిగా ఉన్నాయి. దీనిలోని సిట్రులైన్ అనే రసాయనం ఉందని ఆధునిక వైద్యులు చెప్తున్నారు. వడదెబ్బ కొట్టకుండా, శోష రాకుండా ఇది కాపాడుతుంది. కిడ్నీలు చెడకుండా కాపాడుతుంది. రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. ఆలస్యంగా అరిగే స్వభావం వలన వెర్రి ఆకలిని తగ్గిస్తుంది.

పుచ్చకాయని తినటం కూడా ఒక కళే! లోపల ఎర్ర గుజ్జుని మాత్రమే తిని పైన తెల్లగా ఉండే తడప (రిండ్)ని విసిరి అవతల పారేస్తాం. పైన ఆకుపచ్చ తోలుని ఎటుతిరిగి వదిలేస్తాం. కడివెడంత పుచ్చకాయలో మనం తింటున్నది ఒక చిన్న పళ్ళెం అంత ఎర్ర గుజ్జు మాత్రమే! తక్కినదంతా వేస్టు పదార్థమే అనుకుంటున్నాం. ఎర్రగుజ్జుకీ తోలుకీ మధ్యన ఉండే తెల్లటి భాగమే ఆహారయోగ్య మైనది. దాన్ని పారేయకూడదు. కూర, పప్పు, పులుసు, పచ్చడి వీటికి ఇది అనుకూలం.

లోపలి ఎర్రగుజ్జుని పండులాగా వాడు కోవచ్చు. పైన తెల్లని కండని ముక్కలుగా తరిగి, నీళ్ళతో కడిగి తగినంత ఉప్పు వేసి నీళ్లపళ్లెం మూతబెట్టి బాగా ఉడకనియ్యాలి. ఒక భాండీలో నెయ్యి, ఇంగువ, ఆవాలు, మిన పప్పు, జీలకర్ర, ఇంకా ఇతర సుగంధద్రవ్యాలు కలిపి వేగనిచ్చి ఈ ఉడికిన ముక్కలకు తాలింపు పెట్టి కొద్దిసేపు మగ్గనివ్వాలి. ఇలా వండిన పుచ్చకాయ ఇగురుకూరని పొయ్యి మీంచి దింపి, చల్లారిన తరువాత పచ్చ కర్పూరం లాంటి పరిమళ ద్రవ్యాలను కలిపి కొద్దిగా నెయ్యి వేసి మూతబెట్టి ఉంచండి. తినబోయే ముందు ఈ కూరని ఒక వస్త్రంలో మూటగట్టి, వేడివేడి నేతిలో ముంచి తీస్తే కూర కూడా వేడిగా ఘుమఘుమలాడుతూ ఉంటుంది. ఈ కూరని కళింగఫల శాకం అన్నాడు నలుడు పాక దర్పణం పాక శాస్త్ర గ్రంథంలో.

పుచ్చకాయ తెల్లగుజ్జుతోనే పెరుగుపచ్చడి, సాంబారు, జామ్, హల్వా కూడా చేసుకోవచ్చు. తురిమి పాయసం కాచుకోవచ్చు. ఊరగాయ కూడా పెట్టుకోవచ్చు.

- **డా. జి.వి పూర్ణచందు**, 94401 72642

బాలజ్యోతి

ఆత్మన్యూనత

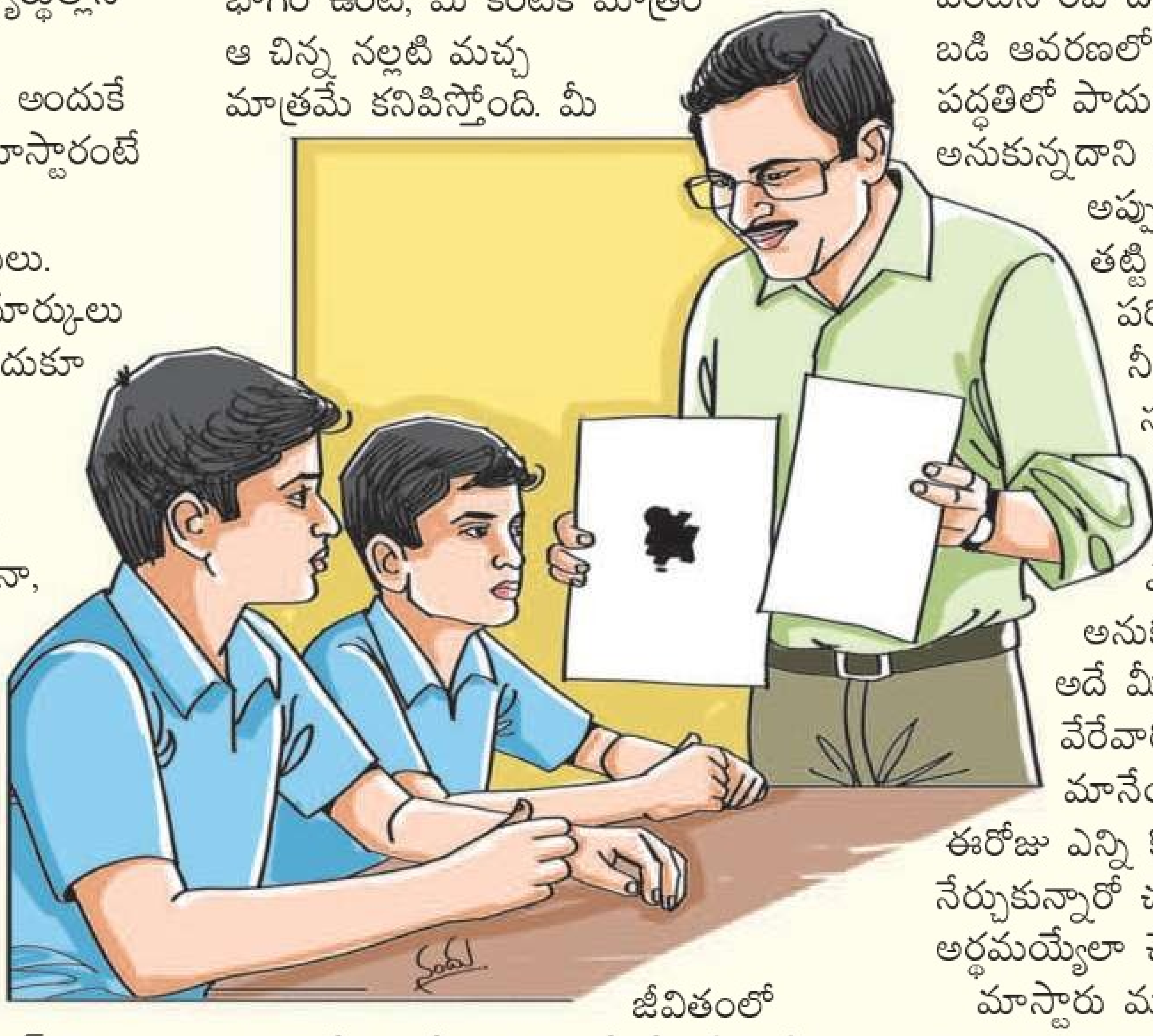
రామాపురం ప్రభుత్వ పాఠశాలలో శేఖర్ గణిత ఉపాధ్యాయుడిగా పనిచేస్తున్నారు. పాఠాలు చెప్పడమే కాకుండా, విద్యార్థుల్లోని ప్రతిభను వెలికితీస్తూ, వారిని ప్రోత్సహించడం ఆయన ప్రత్యేకత. అందుకే ఆ బడిలోని పిల్లలందరికీ శేఖర్ మాస్టారంటే అభిమానం.

రవి, రమేష్‌లు మంచి స్నేహితులు. అయితే ఎంత చదివినా తమకు మార్కులు సరిగా రావడం లేదని, తాము ఎందుకూ పనికిరామని, వారిలో తీవ్రమైన ఆత్మన్యూనతా భావం పేరుకు పోయింది. తరగతిలో మాస్టారు ఏ ప్రశ్న అడిగినా సమాధానం తెలిసినా, భయంతో తలలు దించుకునే వారు. ఆటల్లో గానీ, ఇతర కార్యక్రమాల్లో గానీ ఎప్పుడూ ముందుకు వచ్చేవారు కాదు.

ఒకరోజు వారి పరిస్థితిని గమనించిన శేఖర్ మాస్టారు, వారిలో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని నింపాలని అనుకున్నాడు. ఒక సాయంత్రం రవి, రమేష్‌లను స్కూల్ టైం అయిపోయాక తన గదికి పిలిచాడు. వారి ముందు ఒక చేతిలో నల్లటి మచ్చ ఉన్న పాత కాగితాన్ని, మరొక చేతిలో కొత్త తెల్లటి కాగితాన్ని పట్టుకుని, "రవి, రమేష్... ఈ రెండు కాగితాల్లో మీకు ఏమి కనిపిస్తోంది?" అని అడిగాడు.

రమేష్ భయపడుతూ "మాస్టారు... ఆ కాగితం మీద పెద్ద నల్లటి మచ్చ కనిపిస్తోంది" అన్నాడు.

శేఖర్ మాస్టార్ చిరునవ్వుతో "చూశారా! ఆ కాగితంలో అంత తెల్లటి భాగం ఉంటే, మీ కంటికి మాత్రం ఆ చిన్న నల్లటి మచ్చ మాత్రమే కనిపిస్తోంది. మీ



జీవితంలో కూడా మీరు చేస్తున్నది ఇదే. మీలో ఎన్నో మంచి గుణాలు, తెలివితేటలున్నాయి. కానీ ఒక్క చదువులో వెనుకబడ్డామనే చిన్న నల్లటి మచ్చనే చూసుకుంటూ, మిమ్మల్ని మీరు తక్కువ చేసుకుంటున్నారు" అని చెప్పాడు.

ఆ తర్వాత మాస్టారు రవితో గోడపై ఉన్న పటం సరిగ్గా ఉందో లేదో చూడమన్నాడు. వెంటనే రవి దాన్ని సరిచేశాడు. రమేష్‌ను బడి ఆవరణలో ఉన్న పూల మొక్కలకు క్రమ పద్ధతిలో పాదులు తీయమన్నాడు. ఆయన అనుకున్నదాని కన్నా రమేష్ బాగా చేశాడు.

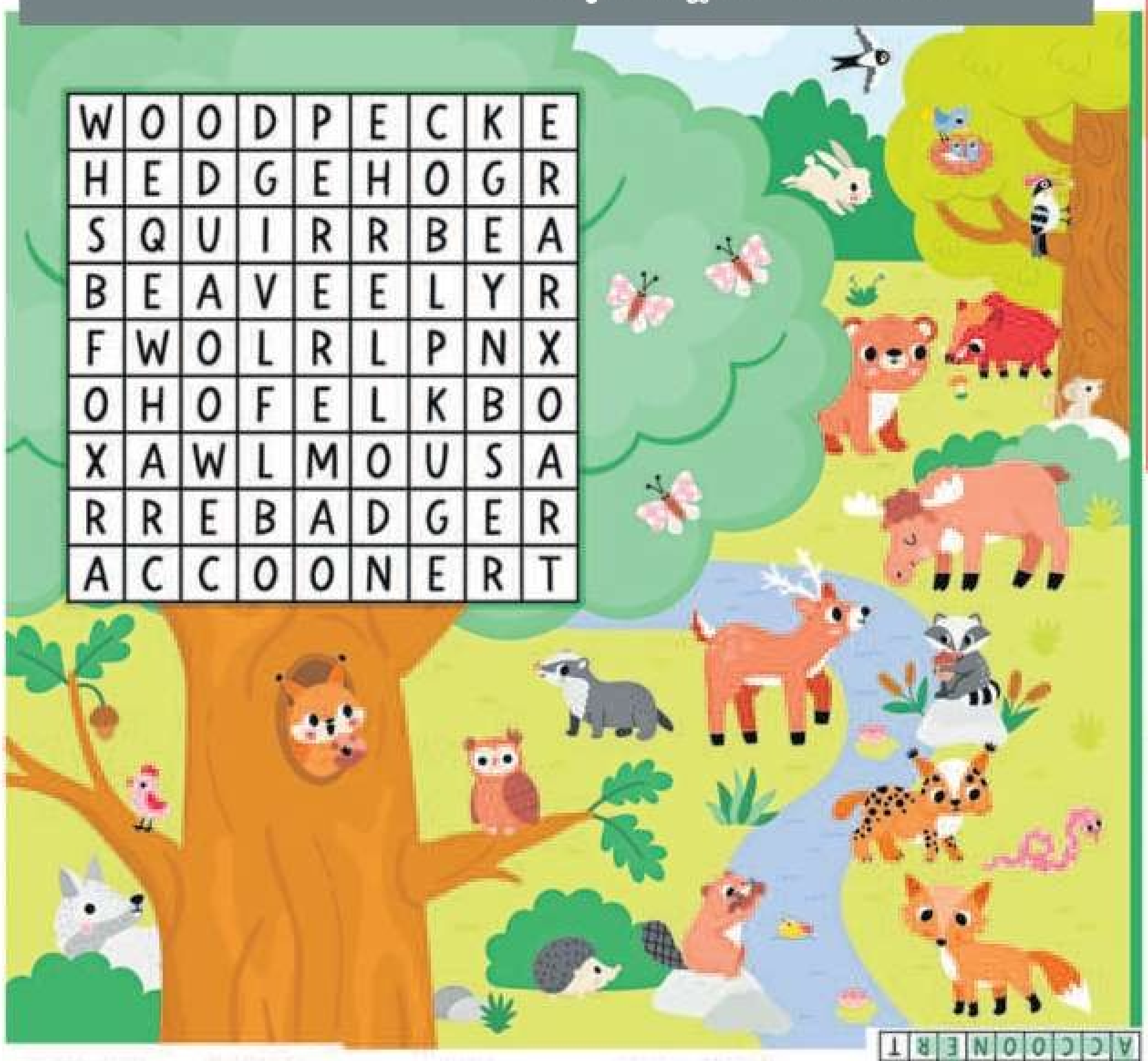
అప్పుడు మాస్టార్ వారి భుజం తట్టి "రవి... నీలో మంచి పరిశీలనా శక్తి ఉంది. రమేష్... నీలో అద్భుతమైన సృజనాత్మకత ఉంది. చదువు అనేది సాధన చేస్తే వస్తుంది. కానీ 'నేను ఎందుకూ పనికిరాను' అనుకునే ఆత్మన్యూనత ఉందే... అదే మీ అసలైన శత్రువు. మిమ్మల్ని వేరేవారితో పోల్చుకోవడం మానేయండి. నిన్నటి కన్నా ఈరోజు ఎన్ని కొత్త విషయాలు నేర్చుకున్నారో చూసుకోండి" అని అర్థమయ్యేలా చెప్పాడు.

మాస్టారు మాటలు వారి కళ్లు తెరిపించాయి. ఆ రోజు నుంచి "మేము చేయగలం' అనే నమ్మకంతో ముందడుగు వేశారు. శేఖర్ మాస్టారు ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపడంతో చదువులో కూడా మంచి మార్కులు సాధించి పాఠశాలలో ఉత్తమ విద్యార్థులుగా నిలిచారు.

- యాడవరం చంద్రకాంత్‌గౌడ్

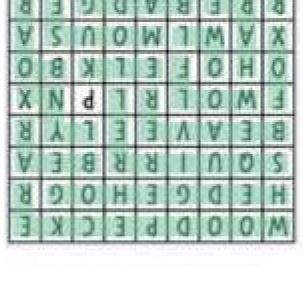
పదాల పజిల్

జంతువుల పేర్లు పజిల్‌లో ఎక్కడున్నాయో వెతకండి.



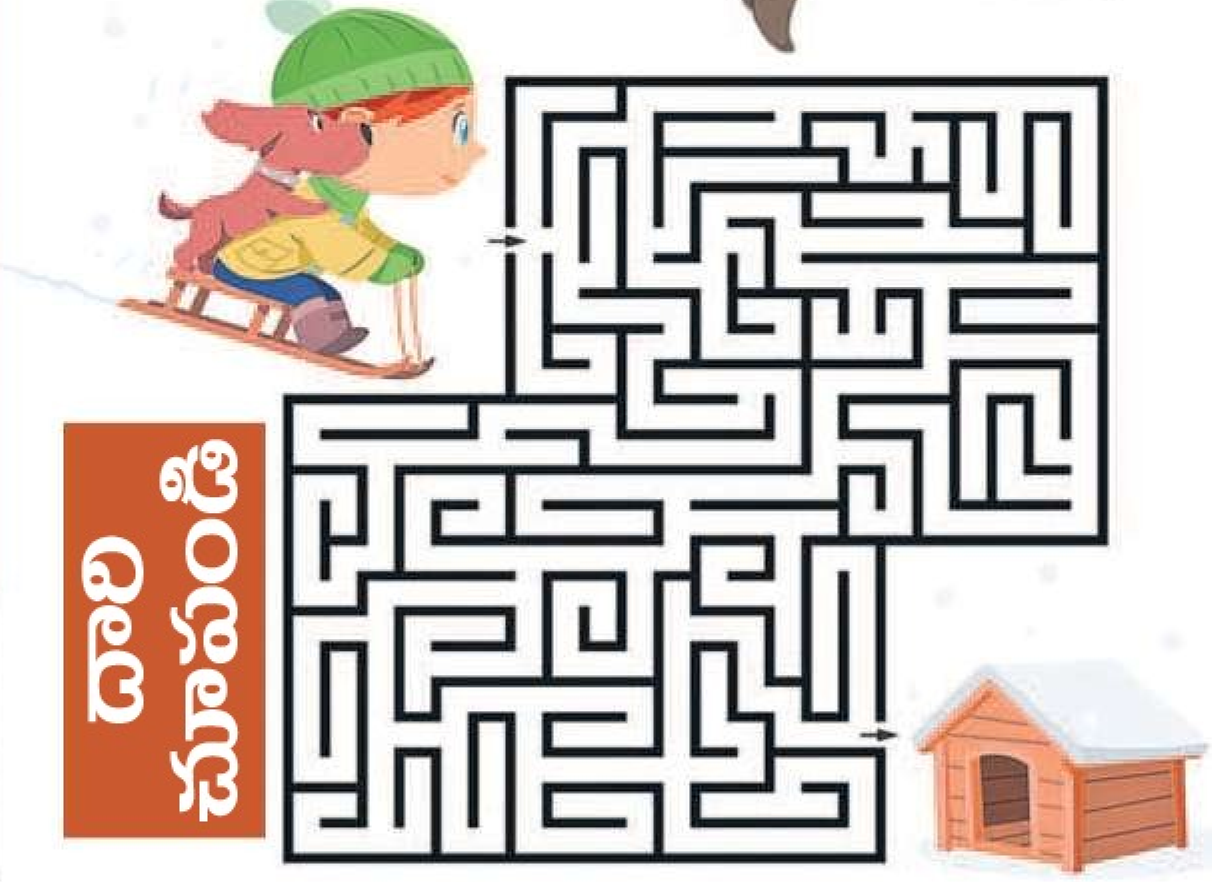
W	O	O	D	P	E	C	K	E
H	E	D	G	E	H	O	G	R
S	Q	U	I	R	R	B	E	A
B	E	A	V	E	E	L	Y	R
F	W	O	L	R	L	P	N	X
O	H	O	F	E	L	K	B	O
X	A	W	L	M	O	U	S	A
R	R	E	B	A	D	G	E	R
A	C	C	O	O	N	E	R	T

BADGER LYNX ELK SQUIRREL
BEAR MOUSE FOX WOODPECKER
BEAVER OWL HARE WOLF
BOAR RACCOON HEDGEHOG



రంగులు వేయండి

దారి చూపండి



రేపటి రోజు

- ములగాడ సురేష్‌కుమార్

'చిన్నమ్మా.. లే
చిన్నమ్మా.. లేమ్మా
అమ్మలూ.. లేటవుతోంది లే తల్లీ'

మార్దవంగా లోగొంతుకతో అమ్మ పిలుపు వినిపిస్తోంది.

మంచంపైన బద్ధకంగా పడుకున్న మాళవిక నెమ్మదిగా చేయి చాపి సైడ్ టేబుల్ పై నుండి ఆర్ద్రంగా ఆ మాటలు వినిపిస్తున్న అలారం మీట నొక్కింది.

మాళవిక జెన్ జీ ఏఐ సిమ్యులేటర్‌కు సైంటిస్ట్. అది ఆమె తనకోసం తయారు చేసుకున్న రెస్పాండర్ అలారం. అమ్మ గొంతుక తనకిష్టం కనుక ఆమె వాయిస్ కం మాడ్యులేషన్‌ని ఇన్‌బిల్ట్ సిస్టంలో ఆటోమేటిక్‌గా ఇంపోజ్ చేసుకుని వినిపిస్తుంది.

"ఆ అలారం మీట నొక్కి దాని నోరు మూయిస్తావు, కానీ టైం వెనక్కి తిప్పగలవా? లే, లేచి తయ్యారవ్వు, పొద్దున్నే వెళ్ళాలన్నావు, ఇంకా మంచమే దిగలేదు."

ఇది అలారం కాదు. అమ్మే! మాట మార్దవంగా కూడా లేదు. పైగా కప్పుకున్న దుప్పటి లాగేసింది.

"అమ్మా, దుప్పటి లాగేస్తావేంటే, నైటీ వేసుకుంటానని తెలుసుకదా."

"లేకపోతే? మర్యాదగా చెప్తుంటే వింటున్నావా అసలు? ఒకపక్క నేను, ఇంకో పక్క నీ అసిస్టెంటు మొత్తుకుంటున్నా కదులు, మెదులూ లేదు. ఇలా లేటు చేసుకుని ఆనక హడావిడిగా లేచి, లేటైందని టిఫిన్ తినకుండా పోతావు. వేళకు తినక బక్కచిక్కి ఆ మెడ దగ్గర ఎముకలు కనబడుతున్నాయి. వయసులో ఉన్న పిల్లలా ఉన్నావా అసలు? కళ్ళూ, ముక్కూ తప్ప ఆ ముఖంలో ఏమైనా చూడదగ్గ కళ ఉందా? బుగ్గలు లోపలికి పోయి దవడలు పైకి తేలాయి. ఎవరైనా చూస్తే నిన్ను పెళ్ళికాని పిల్లనరు! రామ రామ ఈ పిల్లకి ఒంటిసోయి లేదు కాని పేరుకి పేద్ద సైంటిస్టు."

అమ్మది కోపమో విసుగో తేడా తెలియట్లేదు.

"తల్లీ, ఆపు! అంత గొంతేసుకుని మళ్ళీ మొదలెట్టకు నీ దండకం" అంటూ రెండు చేతులతో గాల్లో దణ్ణం పెట్టి బాత్రూం లోకి వెళ్ళింది మాళవిక రెడీ అవడానికి.

"బేబీ, ఈ రోజు థాంప్సన్ గ్రూపు డైరెక్టర్స్ హిమతేజ్, ప్రసన్నకుమార్, వర్ష వస్తున్నారు. 10:45 కి థర్డ్ ఫ్లోర్ హాల్ 1లో మీటింగ్. హిమ తేజ్ ఏజ్ 35, తెలుగువాడు, గుంటూరు. ప్రసన్నకుమార్ ఏజ్ 28 తమిళుడు, కోయం బత్తూరు. వర్షది ఉత్తరప్రదేశ్, హిందీ ఏజ్ 30. థాంప్సన్ గ్రూపులో ఏఐ సాంకేతికతో బిజినెస్ ఆపరేషన్స్ స్ట్రీమ్ లైన్ చేద్దామనుకుంటున్నారు. ప్రాజెక్ట్ ఎస్టిమేట్ 8 క్రోర్స్. మన సీఈఓ ప్రసాద్ కూడా మీటింగ్‌కి వస్తున్నారు."

మాళవిక బాత్రూంలో నుంచి బయటకు రాగానే బాడీ రికగ్నిషన్ సెన్సర్ యాక్టివేట్ అయ్యి, మోనో బ్లాక్ అలారం క్లస్టర్ ఆనాటి ప్రోగ్రాం ప్రొనౌన్స్ చేసింది. అదీ.. అమ్మ వాయిస్‌లోనే!

"బేబీ, డిడ్ యూ గెట్ ఇట్, ఆర్, డూ యూ వాంట్ మీ టు రిపీట్. మళ్ళీ చెప్పమంటావా తల్లీ?"

మెషీన్ కన్ఫర్మేషన్ అడుగుతోంది.

"నో... ఐ గాట్ ఇట్."

"బేబీ, ఇప్పుడు టైం పది అవుతోంది. మీటింగ్ 10.45 కి మొదలవుతుంది. ట్రావెల్ టైం 35 మినెట్స్. మధ్యలో బాటిల్ నెక్స్ ఉన్నాయి. టైం ఈజ్ షార్ట్, యూ విల్ బీ లేట్ బేబీ."

అంత రష్‌లోనూ అదే ఆర్ద్రత. మెషీన్ కదా!

"చూశావా, ఈ మహారాణి ఇంకా కిందకి దిగలేదు, లేటవుతుందన్న ధ్యాస ఉందా అసలు? ఈ రోజు టిఫిన్ తినకుండా పరిగెత్తుతానంటే కాళ్ళు విరగ్గొట్టి ఇంట్లో కూర్చోబెట్టేస్తాను. ఉద్యోగం లేదు సద్యోగం లేదు. ఎందుకొచ్చిన చాకిరీ?"

మాళవిక కిందకి దిగుతుంటే నిజం అమ్మ అరుస్తోంది.

డైరెక్ట్‌గా చెప్పుల స్టాండ్ దగ్గరకు వెళ్తున్న కూతురికి అడ్డంగా నిలబడింది వనజ.

"ఏంటే, నేనిలా కుక్కలా మొరుగుతున్నా నీ మానాన నువ్వు పోతున్నావా? పొద్దున్నే లేచి నీకిష్టమని బటన్ ఇడ్లీ, సాంబారు పెట్టాను. టేబుల్ మీద రెడీగా ఉన్నాయి. నోట్లో వేసుకుంటే ఇట్టే కరిగిపోతాయి. అవి తినేలోగా వేడి వేడిగా హార్లిక్స్ కలిపిస్తాను, తాగేసి పో, లేకపోతే నామీద ఒట్టే."

"ప్లీజ్ అమ్మా, ఇప్పుడు ఇదొక ఇష్యూ చెయ్యకు, ఓ అరగంట ముందు లేపి ఉంటే అన్నీ తిని వెళుదును. ఇప్పటికే లేట్ అయ్యింది."

"బేబీ, డిడ్ యూ గెట్ ఇట్, ఆర్, డూ యూ వాంట్ మీ టు రిపీట్. మళ్ళీ చెప్పమంటావా తల్లీ?"
మెషీన్ కన్ఫర్మేషన్ అడుగుతోంది.
"నో... ఐ గాట్ ఇట్."
"బేబీ, ఇప్పుడు టైం పది అవుతోంది. మీటింగ్ 10.45 కి మొదలవుతుంది. ట్రావెల్ టైం 35 మినెట్స్, మధ్యలో బాటిల్ నెక్స్ ఉన్నాయి. టైం ఈజ్ షార్ట్, యూ విల్ బీ లేట్ బేబీ."
అంత రష్‌లోనూ అదే ఆర్ద్రత. మెషీన్ కదా!

"వేళకి తిండి తినకపోతే ఎట్లాగే? ఆరోగ్యం పాడవదూ?"

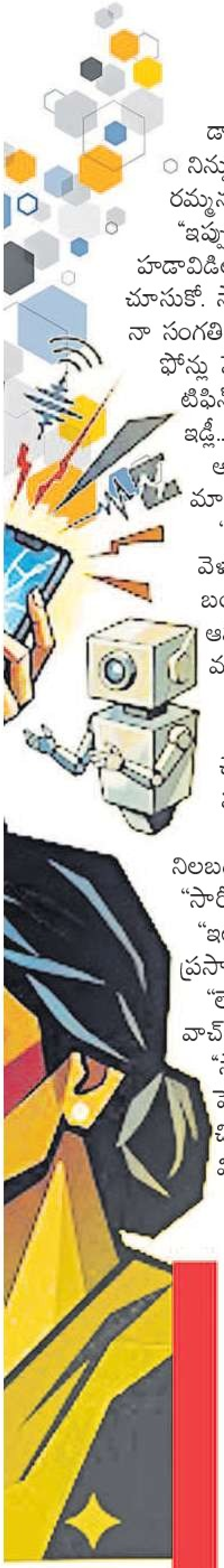
"జాగ్రత్తగా ఉంటాలేమ్మా. అప్పుడప్పుడు ఇలా స్కిప్ అవుతుంది...తప్పదు."

అమ్మకి దగ్గరగా వచ్చి మెడ చుట్టూ చేతులు వేసి హత్తుకుంటూ అంది మాళవిక.

"నా సంగతి సరే, నీ వొళ్ళెందుకమ్మా వెచ్చగా ఉంది? ఒంట్లో బాలేదా?"

"వంటింట్లో వేడి, అంతే!"

"కాదు, నిజంగానే చాలా వేడిగా ఉంది. నీ వొళ్ళంతా బాగా నీరు పట్టింది. అలక్ష్యం చేస్తే గుండెకు ముప్పన్నాడు కదా మన ఫ్యామిలీ



ఈ వారం కథ

డాక్టరు. ఈ రోజు డేటెంత?
○ నిన్ను చెకప్ కోసం రమ్మన్నదెప్పుడు?"

"ఇప్పుడవన్నీ ఎందుకు, నువ్వున్న హడావిడిలో ముందు పని సంగతి చూసుకో. సాయంత్రం వచ్చాకా తీరిగ్గా నా సంగతి చూద్దువుగాని. మీ బాసు ఫోన్లు మొదలవుతాయి, గబగబా టిఫిన్ తిను, నీ కోసం బటన్ ఇడ్లీ..."

అమ్మ మాట పూర్తయ్యేలోగా మాళవిక ఫోను మోగింది.

"సారీ అమ్మా లేటవుతోంది. వెళ్ళాలి" పరుగులాంటి నడకతో బయటపడి కారు స్టార్ట్ చేసి ఆఫీసుకి బయలుదేరింది మాళవిక.

• • •

అరగంటలో ఆఫీసు చేరుకుని, నేరుగా మీటింగ్ హాలులోకి వెళ్ళింది.

ఎంట్రన్స్‌లోనే సీఈఓ ప్రసాద్ నిలబడి ఉన్నారు.

"సారీ సార్."

"ఇట్స్ ఓకే. గెస్ట్స్ వస్తున్నారా?" ప్రసాద్ సమయపాలన పాటిస్తారు.

"లెట్ మీ చెక్ సార్" అని వాచ్‌లో అలెర్ట్ మెసేజ్ చూసి "సార్, మన ఆఫీస్ జెనీ మెసేజ్ పెట్టింది. వాళ్ళు ట్రాఫిక్‌లో చిక్కుకు న్నారట, ఫార్టీఫైవ్ మినిట్స్ పడుతుందట."

"అబ్బే, గంటగ్గానీ రాలేరు. ఓకే, ఐ విల్ బీ ఇన్ మై క్యాబిన్. లెట్ మీ నో వెన్ దే ఎరైవ్."

ప్రసాద్ వెళ్ళిపోయారు.

తను కూడా లిఫ్ట్ ఎక్కి తన రూంలోకి వెళ్ళింది.

"హెలో బేబీ, గుడ్ మార్నింగ్ అండ్ వెల్కం" ఆత్మీయమైన పలకరింపు, అమ్మ గొంతుకతో.

"హాయ్ చిన్నమ్మా! హౌ ఆర్ యూ?" తన సీటు వైపు వెళుతూ తనను పలుకరించిన చిన్నమ్మ దగ్గర ఆగింది మాళవిక.

చిన్నమ్మ మనిషి కాదు. హ్యూమన్ రోబో. 360 డిగ్రీ ఆపరేటివ్ ప్రోలాజిక్ సెల్ఫ్ కాలిబరేషన్ ఎక్విప్డ్ సెన్సార్స్‌తో ఏఐ మానిటర్డ్ మదర్ బోర్డ్ సాంకేతికతో పని చేసే హ్యూమన్ రోబో. మాళవిక తన టీంతో తయారుచేసుకున్న లేటెస్ట్ ఆవిష్కరణ.

"కట్టిన చీర చెదరలేదు. గుడ్! కాస్త పైట కిందకి జారుతోంది" అంటూ పైట పిన్నుని సరిచేసి, "నీకు శారీ బావుంది చిన్నమ్మా, నైస్ ఫిట్. యూ లుక్ సెక్సీ యార్!"

బొమ్మ బుగ్గపై చిన్నగా చిటికేసి కన్ను గీటింది.

"యూ నాటీ..." ప్రోగ్రామ్డ్ సెన్సార్లు స్పర్శకు స్పందించాయి.

"బేబీ వాట్ హాపెన్డ్ టు యువర్ మీటింగ్? వై ఆర్ యూ అర్లీ?"

"చిన్నమ్మా, గెస్ట్స్ గాట్ స్టక్ ఇన్ హైదరాబాద్ ట్రాఫిక్. ఇంకా గంట పడుతుందట" కుర్చీలో కూర్చుంటూ చెప్పింది.

"బేబీ నీ కోసం టీ కలపనా?"

టైం ప్రోగ్రామ్డ్ సెన్సార్ అడిగింది.

"నో చిన్నమ్మా. నేనింకా బ్రేక్‌ఫాస్ట్ చేయలేదు" అది ఇద్దరు మనుషుల మధ్య కాన్వర్జేషన్ లానే ఉంది.

"ఓ మై బేబీ. బ్రేక్‌ఫాస్ట్ స్కిప్ చేయకూడదు. ఆరోగ్యం పాడవుతుంది."

అది అమ్మ హెచ్చరిక! ఇలాంటివి సిస్టంలో ముందే లోడ్ చేసింది.

"యా, ఐనో, కాని తప్పట్లేదు. కెన్ యూ మేక్ ఒన్ శాండ్‌విచ్ ఫర్ మీ."

"తప్పకుండా బేబీ" బొమ్మ కిచెన్ నెట్ వైపు కదిలింది.

అటే చూస్తోంది మాళవిక.

చిన్నమ్మ అన్నీ పర్‌ఫెక్ట్‌గా చేస్తోంది. శాండ్‌విచ్ రెసిపీలు మనం బెస్ట్‌వి చూజ్ చేసుకుని ఫీడ్ చేస్తే, ఇంక చూసుకోనక్కరలేదు. ఏది ఎంత పడుతుందో సరిగ్గా మెజర్‌మెంట్స్‌తో సహా రేడీ చేసేస్తుంది. అదీ ఫిక్స్‌డ్ టైం ప్రకారం!

"బేబీ తీసుకో!" ట్రేలో శాండ్‌విచ్.

"బేబీ, ఏమిటి ఆలోచిస్తున్నావు?" ఐ కాంటాక్ట్ సెన్సర్ కళ్ళల్లో టైర్ నెస్ కూడా రీడ్ చేస్తాయి.

"అమ్మ గురించి ఆలోచిస్తున్నాను. షీ ఈజ్ నాట్ కీపింగ్ వెల్."

"అయ్యో" కళ్ళలోని తడిని కనిపెట్టే సెన్సర్.

"తనను హాస్పిటల్‌కి తీసుకెళ్ళి థరోగా చెకప్ చేయించాలి. ఏదీ, అస్సలు తీరిక ఉండట్లేదు. హాస్పిటల్ మాట దేవుడెరుగు, అమ్మ దగ్గర కూర్చుని ఎలా ఉన్నావమ్మా అని ఓ నాలుగు మాటలు చెప్పడానికి కూడా నేను టైం అడ్జస్ట్ చేసుకోలేకపోతున్నాను."

"అయ్యో.." మళ్ళీ సెన్సర్ స్పందన.

"వద్దన్నా పొద్దున్నే లేస్తుంది. ఆ చన్నీళ్ళ స్నానం మానదు. దేవుడికి దణ్ణం పెట్టకుండా పని మొదలుపెట్టదు. అన్నీ చేసి నా కోసం టిఫిన్లు తయారు చేస్తుంది, అదీ ఒకటికి రెండు రకాలు. నేను లేచేసరికి సిద్ధంగా ఉంచుతుంది. లేటుగా లేచి తినకుండా వచ్చేస్తున్నానని ఒకటే తిట్లు."

"తిట్లు కాదు.. బాధ" ట్రాన్సెక్షనల్ అనలైజేషన్ మెమొరీ ప్రోగ్రామ్ బొమ్మ చేత అనిపించింది.

"అవును చిన్నమ్మా, అమ్మకి నా వల్ల బాధే. నాలో ఎంపతీ పోతోందా? ఇన్ హ్యూమన్ అయిపోతున్నానా? రోబోలను మనుషుల్లా చేసే ప్రయత్నంలో మేమే రోబోలుగా మారిపోతున్నామా?"

"హహహ్హ.." రోబోలోని సెన్సార్ నవ్వుతోంది.

"యా, నేను తప్ప మరో ప్రపంచం తెలియని అమ్మను నేను మిస్ చేసుకుంటున్నాను, కానీ, ప్రపంచానికి మా అమ్మను పోలిన బొమ్మలను తయారు చేసిస్తున్నాను, వాట్ ఆన్ ఐరనీ! నో నో దిస్ ఈజ్ నాట్ రైట్, అమ్మ కోసం టైం కేటాయించాలి, తప్పదు."

ఇంతలో చేతికున్న వాచీలో మెసేజీ 'గెస్ట్స్ అరైవ్డ్' అని.

"సారీ చిన్నమ్మా, ఐ హావ్ టు రష్."

మరబొమ్మ బొమ్మలా చూస్తుండగానే, మాళవిక మీటింగ్‌కి వెళ్ళిపోయింది.

ఆమె వెళ్ళేసరికి రిసెప్షన్ రోబో 'జెనీ' గెస్ట్స్ కి తన స్టైల్‌లో వెల్కమ్ చెబుతోంది. తన ఛాతీ పైన డిస్‌ప్లే అవుతున్న గెస్ట్స్ సమాచారాన్ని అందంగా పెదవులు కదుపుతూ ఇంగ్లీష్, తెలుగు, హిందీ భాషల్లో స్పష్టంగా పలుకు తోంది. ఒక్కొక్కరికీ ఆప్యాయంగా షేక్‌హ్యాండ్ కూడా ఇస్తోంది. ఫార్మల్ షార్ట్ సూట్లో జెనీ చూడడానికి కూడా భలే అందంగా ఉంది.

"షీ ఈజ్ అవర్ ఫస్ట్ ప్రాజెక్ట్, మీట్ మిస్ జెనీ."

> **"బేబీ, ఏమిటి ఆలోచిస్తున్నావు?" ఐ కాంటాక్ట్ సెన్సర్ కళ్ళల్లో టైర్ నెస్ కూడా రీడ్ చేస్తాయి.**
> **"అమ్మ గురించి ఆలోచిస్తున్నాను. షీ ఈజ్ నాట్ కీపింగ్ వెల్."**
> **"అయ్యో" కళ్ళలోని తడిని కనిపెట్టే సెన్సర్.**
> **"తనను హాస్పిటల్‌కి తీసుకెళ్ళి థరోగా చెకప్ చేయించాలి. ఏదీ, అస్సలు తీరిక ఉండట్లేదు. హాస్పిటల్ మాట దేవుడెరుగు, అమ్మ దగ్గర కూర్చుని ఎలా ఉన్నావమ్మా అని ఓ నాలుగు మాటలు చెప్పడానికి కూడా నేను టైం అడ్జస్ట్ చేసుకోలేకపోతున్నాను."**

నవ్వుతూ జెనీని గెస్ట్స్‌కి పరిచయం చేస్తూ వాళ్ళతో కలిసి మీటింగ్ హాల్లోకి నడిచింది మాళవిక.

"వండర్‌ఫుల్ మాడం మాళవిక, వీ హావ్ సీన్ యువర్ క్రియేటివ్ స్కిల్స్ లైవ్ డెమాన్‌స్ట్రేషన్ త్రూ జెనీ. వెరీ ఇంప్రెసివ్" గెస్ట్స్ తమ సంతృప్తిని దాచలేదు.

సీఈఓ ప్రసాద్ రాగానే మీటింగ్‌మొదలైంది.

అందరినీ తమ మొబైల్స్ ఫ్లయిట్ మోడ్‌లో పెట్టమని రిక్వెస్ట్ చేసి మాళవిక తన ప్రెజెంటేషన్ మొదలుపెట్టింది.

జెనీ అక్కడే ఉండి స్వహస్తాలతో మంచినీళ్ళు, స్నాక్స్, స్టేషనరీ అందిస్తోంది. ఒకపక్క మీటింగ్‌లో మాళవిక చెబుతున్నది వింటూ మరో పక్క జెనీ క్రమశిక్షణతో చేస్తున్న పనులను అచ్చెరువొందుతూ చూస్తున్నారు వచ్చిన గెస్ట్స్.

అప్పటిదాకా గెస్ట్ అవసరాలు చూస్తున్న

జెనీ నెమ్మదిగా ముందుకు వెళ్ళి అక్కడ స్క్రీన్‌కి దగ్గరగా నిలబడి సీరియస్‌గా ప్రెజెంటేషన్ ఇవ్వడంలో నిమగ్నమైన మాళవికకి చేరువగా వెళ్ళింది.

"జెనీ, మూవ్ బ్యాక్, యూ ఆర్ అబ్‌స్ట్రక్టింగ్ ది స్క్రీన్"

మాళవిక హెచ్చరికతో వాయిస్ కమాండ్ మోడం స్పందించి జెనీ వెనక్కి తిరిగింది.

మొదటి కుర్చీలో కూర్చున్న ప్రసాద్‌కి జెనీ ఛాతీ పైన ఏదో మెసేజ్ ఫ్లాష్ అవుతున్నట్లు కనిపించింది. అతను జెనీ దగ్గరకు జరిగి మెసేజీ చదివాడు.

"ఫ్రెండ్స్, సారీ టు ఇంట్రప్ట్. వీ హేవ్ టు పాజ్ హియర్. వీ రిసీవ్డ్ ఆన్ ఇంపార్టెంట్ మెసేజ్ ఫర్ మై కొలీగ్ మాళవిక" అని, మాళవికకు దగ్గరగా వెళ్ళి -

"సారీ, మాళవిక, దిస్ సాడ్ న్యూస్ ఈజ్ ఫర్ యూ. ఆంటీ పాస్డ్ అవే!" షాకింగ్ న్యూస్ చెబుతూ మాళవికను పొదివి పట్టుకుని కుర్చీలో కూర్చోబెట్టాడు ప్రసాద్.

"వాట్, నో! అమ్మ, మా అమ్మకు ఏమైంది? నో నో షీ ఈజ్ ఆల్ రైట్. పొద్దున్న మాట్లాడింది, టిఫిన్ కూడా రెడీ చేసి పెట్టింది. ఆమెకేమీ అవదు."

మాళవికకి దుఃఖం ఆగట్లేదు.

గెస్ట్స్ అందరూ, "సారీ టు హియర్ దిస్, ప్లీజ్ హేవ్ కరేజ్, వీ విల్ మీట్ అగైన్" అంటూ నెమ్మదిగా బయటకు నడిచారు.

"ప్రసాద్, వాట్ ఆర్ యూ సేయింగ్? మీకు ఎలా తెలిసింది? నిజమేనా?"

"మన ఫోన్స్ సైలెంట్‌లో ఉన్నాయి కదా. కంపెనీ నెంబరుకి పానిక్ మెసేజ్ పెడితే అది జెనీ ద్వారా ట్రాన్స్‌మిట్ అవుతుంది కదా. డిస్‌ప్లేలో కనిపించింది. అయినా ఒక్కసారి ఇంటికి ఫోన్ చేసి కన్‌ఫర్మ్ చేసుకో."

మాళవిక అమ్మ నెంబరుకి ఫోన్ చేసింది.

"హలో, బేబీ.. నువ్వేనా, త్వరగా రామ్మా.. అంతా అయిపోయిందే తల్లీ."

పక్కింటి దుర్గా ఆంటీ ఏడుస్తూ చెప్తోంది.

చేతిలోనుంచి ఫోను జారిపోయింది.

మాళవిక మెదడు పనిచేయడం మానేసింది.

నిస్త్రాణతో అలా చేష్టలుడిగి కూర్చుండి పోయింది. కన్నీళ్ళు ఆగట్లేదు.

"కామ్ డౌన్ బేబీ. కంట్రోల్ యువర్ సెల్ఫ్. ఈ మంచినీళ్ళు తాగు. ఇంటికి వెళ్దాం. నేనూ నీతో వస్తాను."

రెండు నిమిషాల తరువాత ప్రసాద్, మాళవికను బయలుదేరదీశాడు.

• • •

మాళవిక ఇంట్లో అప్పటికే కొందరు దగ్గర బంధువులు వచ్చి ఉన్నారు.

కింద హాల్లో అమ్మ పార్థివదేహం.

మోకాలి పీట మీద తప్ప కింద కూర్చోలేకపోతున్నానే అనే అమ్మ ఇప్పుడు నేలమీద పడుకునుంది అచేతనంగా! అచ్చంగా నిద్రపోతున్నట్లుగానే.

అమ్మ తల దగ్గర కూర్చుంది మాళవిక.

"ఈ మధ్య బాగోట్లేదే తనకి, అయినా బయటకి చెప్పదు. అప్పటికీ నీరసంగా ఉంటున్నావు, డాక్టరుకు చూపించుకో అంటే, 'మా బేబీ తీసుకెళ్తుంది, మా బేబీ తీసుకెళ్తుంది' అని చెప్పేది, ఈ లోగా దేవుడే తీసుకెళ్ళి పోయాడు" కళ్ళు వొత్తుకుంది దుర్గ.

"ఎలా? జరిగింది ఆంటీ?"

"వంటింట్లోనే స్ట్రోక్ వచ్చినట్లుందమ్మా. గుండె పట్టుకుని అక్కడే కూలబడిపోయింది పాపం! అలా ఎంతసేపు ఉండిపోయిందో తెలియదు. రోజూ నా పనులయ్యాక తనతో అచ్చటా ముచ్చటా ఆడకపోతే నాకు పొద్దు పోదుకదా, వచ్చి పిలిస్తే తాను పలకలా! లోపలికి చూస్తే వంటింట్లో పడి ఉంది. తలుపులు వేయకపోవడం వల్ల లోపలికి రాగలిగాము. వచ్చి ఏం లాభం, అప్పటికే ప్రాణం లేదు. నేను వచ్చానని మీ కెమెరాలు ఒకటే అలారం, ఎవరో చొరబడ్డారని పోలీసులకు కూడా సమాచారం పోయిందట, వాళ్ళూ వచ్చి వెళ్ళారు. విషయం చెబుదామని నీకు వంద ఫోన్ కాల్స్ చేసుంటాము నేనూ, అంకులూ.. నువ్వు ఫోన్ ఎత్తలేదు, మీటింగులో ఏమైనా ఉన్నావేమో. ఈలోగా తెలిసిన వాళ్ళకి కూడా ఫోన్లు చేశాము, అందరూ వచ్చారు. ఇక మీ బంధువులకే చెయ్యాలి."

అమ్మ జ్ఞాపకాలు చుట్టు ముట్టాయి. ఆమె పిలుపులూ, మేల్కొలుపులూ, పరిచర్యలు, సపర్యలు అరుపులూ, కోపాలు, అలకలు, విసుగులు, లాలనలు, బుజ్జగింపులు, ఎదురు చూపులు, తను ఇంకా ఎత్తుకి ఎదిగి ఎంతో బాగుండాలనే ఆమె ఆశలు అన్నీ కళ్ళముందు కదలాడుతున్నాయి. తల్లి అనారోగ్యం, తనకి చెప్ప కుండా కడుపులోనే దాచుకున్న బాధ గుర్తుకొస్తున్నాయి.
అమ్మలేని ఇల్లంతా బోసిగా ఉంది.
ఏదో వెలితిగా ఉంది.
చేష్టలుడిగిన మాళవిక ఎలాగోలా మెట్లెక్కి తన రూమ్‌కి చేరుకుని మంచంపై వాలిపోయింది.

దుర్గ ఆంటీ జరిగిందంతా చెప్పింది.

ఆక్సెస్ కంట్రోల్డ్ ఇల్లు, చీమ చిటుక్కుమన్నా మోగే అలారాలు, ఆటోమాటిక్ లాక్ అండ్ లైటింగ్ సిస్టం, బెడ్రూం, బాత్రూంలు తప్ప అంతటా కనిపించేలా సీసీ కెమెరాలు. ఇన్ని ఉండీ ఏవీ అమ్మకు జరుగుతున్నది ఆపలేదు. ఓ గ్లాసు మంచినీళ్ళిచ్చి ఆదుకోలేదు. అమ్మకి అవసరమైన ఫస్ట్ ఎయిడ్ అందలేదు.

"అయినా కాలం తీరిపోతే ఎవరైనా వెళ్ళిపోవాలి, తప్పదు. వనజది గొప్ప జాతకం, ఈ రోజుల్లో ఒకరితో చేయించుకోకుండా పోవడం ఎంత అదృష్టం? ఉన్న ఒక్క కూతుర్నీ ఏమాత్రం ఇబ్బంది పెట్టకుండా దాటేసింది. వనజ నిజంగా మహర్జాతకురాలు."

మాళవిక మౌనంగా వింటోంది.

"అవును, మాళవికది అసలు అదృష్టం. తల్లి కిందపడి ఏ కాలో చెయ్యో విరగ్గొట్టుకునుంటే ఆ బాధ మామూలుదా? చిన్న వయసులోనే భర్త పోయినా ఆ ఒక్క నలుసునీ అపురూపంగా పెంచుకుని గొప్పదాన్ని చేసింది, ఇంతకంటే ఏం కావాలి ఆ తల్లికి? కాకపోతే దాన్ని ఓ అయ్య చేతిలో పెట్టి పోయుంటే బాగుండేది."

వచ్చిన వారందరిదీ తలో మాట.

ఆ తరువాత జరగాల్సిన క్రతువు మొదలైంది.

ఆచారం కాదన్నా కాదని పట్టుపట్టి అమ్మకు తానే తలకొరివి పెట్టింది మాళవిక.

ఎక్కడి వాళ్ళక్కడ వెళ్ళిపోయిన తరువాత ఇంట్లో వంటరిగా మిగిలిపోయింది.

అమ్మ జ్ఞాపకాలు చుట్టుముట్టాయి. ఆమె పిలుపులూ, మేల్కొలుపులూ, పరిచర్యలు, సపర్యలు అరుపులూ, కోపాలు, అలకలు, విసుగులు, లాలనలు, బుజ్జగింపులు, ఎదురుచూపులు, తను ఇంకా ఎత్తుకి ఎదిగి ఎంతో బాగుండాలనే ఆమె ఆశలు అన్నీ కళ్ళముందు కదలాడుతున్నాయి. తల్లి అనారోగ్యం, తనకి చెప్పకుండా కడుపులోనే దాచుకున్న బాధ గుర్తుకొస్తున్నాయి.

అమ్మలేని ఇల్లంతా బోసిగా ఉంది.

ఏదో వెలితిగా ఉంది.

చేష్టలుడిగిన మాళవిక ఎలాగోలా మెట్లెక్కి తన రూమ్‌కి చేరుకుని మంచంపై వాలిపోయింది.

"హలో బేబీ, వెల్‌కమ్ హోమ్, హౌ వాజ్ యువర్ డే టుడే, వాజ్ ద మీటింగ్ సక్సెస్ ఫుల్?"

బాడీ రికగ్నిషన్ సెన్సర్ అమర్చిన ఇంటిగ్రేటెడ్ మోనో బ్లాక్ ప్రొలాజిక్ అలారం క్లస్టర్ ఆక్టివేట్ అయ్యి అమ్మ గొంతుతో ఆర్ద్రంగా అడుగుతోంది.

96764 44183

'గవర్నర్' చేసిన గణాంకాల యుద్ధం

దేశాన్ని కాపాడే అన్ని యుద్ధాలూ సరిహద్దుల్లోనే జరగవు. కొన్ని జమా ఖర్చుల పద్దు పుస్తకాల్లో కూడా జరుగుతాయి. అటువంటి స్టాటిస్టికల్ వార్ మూవీ 'గవర్నర్'.

కుటుంబం డబ్బుకు ఇబ్బంది పడుతున్నపుడు ఇంట్లో ఉన్న బంగారాన్ని కుదువ పెట్టి సమస్య నుంచి గట్టెక్కినట్టు... దేశం కూడా తన దగ్గర నిల్వ ఉన్న బంగారాన్ని కుదువ పెట్టడం అనేది సినిమా కథా వస్తువు. అయితే ఇది కల్పితం కాదు. నిజంగా జరిగిన ఘటన. మూడు దశాబ్దాల క్రితం సంచలనం సృష్టించిన వార్త. అది నలభై ఏడు వేల కిలోల బంగారం కావడం కూడా వివాద తీవ్రతకు కారణం కావచ్చు.

సాధారణంగా దేశాన్ని రక్షించే సినిమాల్లో సరిహద్దులుంటాయి. తుపాకులుంటాయి. శత్రువు కనిపిస్తాడు. కానీ 'గవర్నర్' సినిమాలో యుద్ధభూమి రిజర్వ్ బ్యాంక్. ఆయుధాలు అంకెలు. ఖాళీ అవుతున్న విదేశీ మారక నిల్వలే శత్రువు. 'గవర్నర్' దాదాపుగా వన్ మాన్ ఆర్మీ.

తాకట్టులో భారత బంగారం అన్నవార్త 1991లో దేశాన్ని కుదిపేసింది. 47 వేల కిలోల బంగారాన్ని ఆర్బీఐ విదేశీ బ్యాంకులకు ఎందుకు తాకట్టు పెట్టాల్సి వచ్చింది? దాని వెనుక ఎవరెవరున్నారు? అనేదే కథ. చిన్మయ్ మాండ్లేకర్ దర్శకత్వంలో, మనోజ్ బాజ్‌పాయ్ ప్రధాన పాత్రలో వచ్చిన 'గవర్నర్ ది సైలెంట్ సేవియర్' ఒక థ్రిల్లర్ లాంటి పొలిటికల్ ఎకనమిక్ డ్రామా.

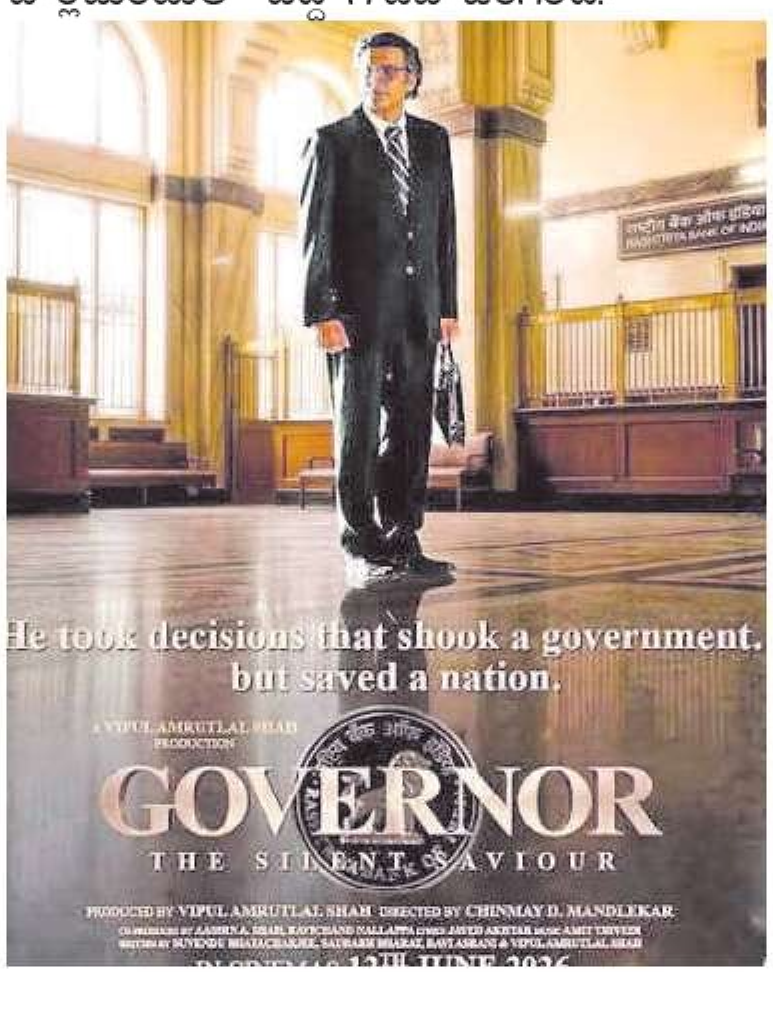
1991లో భారత ఆర్థిక వ్యవస్థ తీవ్రమైన సంక్షోభంలో చిక్కుకుంది. దిగుమతులకు చెల్లించడానికి అవసరమైన విదేశీ మారక నిల్వలు ప్రమాదకరస్థాయికి పడిపోయాయి. ఈ చారిత్రక సంక్షోభం, బంగారాన్ని తాకట్టు పెట్టాల్సి వచ్చిన పరిస్థితికి కారణమైన డ్రామా సినిమా కథకు కేంద్రం. ఒక దేశం దివాలా అంచున నిలబడ్డప్పుడు దాన్ని కాపాడేది ఎవరు? ప్రధానమంత్రా? ఆర్థిక మంత్రా? పార్లమెంటా? రిజర్వ్ బ్యాంకా? లేక చరిత్ర పుస్తకాల్లో పేరు కూడా సరిగా నమోదు కాని కొందరు అధికారులు తీసుకునే అసాధారణ నిర్ణయాలా? దేశం దగ్గర బంగారం ఉంది. కానీ డబ్బు లేదు. చివరకు అదే బంగారాన్ని విదేశాలకు తరలించి, తాకట్టు పెట్టి దేశ భవిష్యత్తును కొనుక్కోవాల్సిన పరిస్థితి. ఇక్కడ బంగారం కేవలం ఆస్తి కాదు. భారతీయ సమాజంలో అది గౌరవం, భద్రత, సంపదకు ప్రతీక. అలాంటి బంగారాన్ని దేశమే తాకట్టు పెట్టాల్సి రావడం ఒక ఆర్థిక నిర్ణయం మాత్రమే కాదు... ఒక జాతీయ అవమాన భావన కూడా. ఈ అంశంలోనే సినిమాకు కావల్సిన నాటకీయత అంతా ఉంది కనుక దర్శకుడికి పెద్దగా కష్టం కూడా కాలేదు.

వెబ్ దునియా

అలా అని ఈ సినిమాకు ఆర్థిక వ్యవస్థ మాత్రమే కథావస్తువు కాదు. రాజకీయమంటే ఎన్నికలు, అవినీతి, హత్యలు, కుట్రలే అనుకుంటాం. కానీ ఒక దేశంలో వడ్డీరేటు కూడా రాజకీయమే. విదేశీ మారక నిల్వ కూడా రాజకీయమే. అప్పు కూడా రాజకీయమే. ఆ కోణంలో 'గవర్నర్' అరుదైన ప్రయత్నం.

సినిమాలో ఒక గృహిణి బంగారంతో వ్యవహరించే తీరులోంచీ, ఒక చిరు ఉద్యోగి తన ఆర్థిక వనరులను వినియోగించే తీరులోంచి... ఆర్బీఐ గవర్నర్ అంతటివాడు పరిష్కారాలను కనుక్కోవడం చూడడానికి బావుంది. రాజకీయ అధికారిక అనుమతులు ఉండి కూడా... బంగారం వ్యాన్‌లను రహస్యంగా తరలించాల్సి రావడం సినిమాలో థ్రిల్‌కు మూలమైన అంశం.

అప్పటి గవర్నర్ ఎస్. వెంకటరమణన్ పాత్ర స్ఫూర్తితో రూపొందించిన పాత్రలో మనోజ్ బాజ్‌పేయి కనిపిస్తాడు. అతనే మొత్తం బంగారం తాకట్టును ఒంటి చేత్తో నిర్వహించినట్టు చూపించారు కానీ నిజానికి అది సాధ్యం కాదు. కానీ ఆర్బీఐని రాష్ట్రీయ బాంక్ ఆఫ్ ఇండియా అని మార్చినట్టు, గవర్నర్ వెంకటరమణన్‌ను రామన్ అని మార్చినట్టు కొంత స్వేచ్ఛ తీసుకున్నారు. బంగారం తరలి పోతోందన్న వార్త తెలిసీ దానికి సంబంధించిన ఫొటోలు, ఆధారాలు ఉండి కూడా దాన్ని ఒక జర్నలిస్టు వార్తగా ప్రచురించలేదని ఎందుకు దర్శకుడు మార్చాడో తెలియదు. ఎందుకంటే ఆ వార్త తెలిసిన అప్పటి జర్నలిస్టు శంకర్ అయ్యర్ ఆ వార్తను దాయలేదు. ఆ వార్తను ఇండియన్ ఎక్స్‌ప్రెస్ ప్రముఖంగా ప్రచురించింది. ఈ అంశంపై పార్లమెంటులో పెద్ద గొడవే జరిగింది.



సినిమాలో ఆ జర్నలిస్టు పాత్రను ఆదాశర్మ పోషించింది. ఆమె తన సంపాదకుడితో గొడవ పడి మరీ వార్తను ఆపేస్తుంది. సరే దర్శకుడు చేసిన ఈ మార్పు కూడా సినిమాటిక్ లిబర్టీయే అనుకుందాం. నిజానికి అప్పటి ప్రభుత్వం ఈ ఆపరేషన్‌ను రహస్యంగా ఉంచాలని అనుకోలేదు. కానీ బంగారం తరలి విదేశీ బ్యాంకులకు చేరేంత వరకూ మాత్రం బయటకు పొక్కకూడదనుకుంది. అయితే ఈ బంగారం తాకట్టు నిర్ణయం తరువాతి కాలంలో దేశ పురోగతికి పునాది అయిందన్నది అందరూ ఇప్పుడు అంగీకరించే నిజం.

దేశాన్ని కాపాడడానికి బంగారం మూలధనమే కానీ... ఈ సినిమాకు అసలు మూలధనం మాత్రం నట లోహాల్లో బంగారం లాంటి మనోజ్ బాజ్‌పేయి. సినిమాను పూర్తిగా తన భుజాల మీద మోశాడు. పాత్రను హీరోగా నిరూపించడానికి అతను ఎక్కడా ప్రయత్నించ లేదు. రామన్ పాత్రలో భయం ఉంది. బాధ్యత ఉంది. వ్యవస్థపై అసహనం ఉంది. అయినా అన్నింటికన్నా ఎక్కువగా ఒక అధికారి నిర్ణయం తప్పయితే దేశం చెల్లించాల్సిన మూల్యం గురించిన అప్రమత్తత కూడా ఉంది. బాజ్‌పేయి తన ముఖంలో ఆ అన్ని భావాల ఒత్తిడిని చూపించాడు. సిఆర్ పాత్రధారి, మధుబాలకు చెప్పుకోదగ్గ పాత్రలేదనే చెప్పాలి. సినిమా ముగిసిన తర్వాత ఈతరం 1991లో నిజంగా ఏం జరిగింది? అని గూగుల్ చేయడం ఖాయం. ఒక చారిత్రక సినిమా సాధించగలిగిన అతి పెద్ద విజయం అది. దేశాల చరిత్రలో కొన్ని విజయాలకు ఉత్సవాలు ఉండవు. జెండాలు ఎగరవు. విజయగీతాలు వినిపించవు. ఎక్కడో ఒక గదిలో కొందరు మనుషులు అంకెల ముందు కూర్చుంటారు. ఒక సంతకం చేస్తారు. దేశం కొత్త శ్వాస పీల్చుకుంటుంది. ఆ సంతకం వెనుక ఉన్న చరిత్రను చూపించడానికి ప్రయత్నించిన సినిమా 'గవర్నర్.

- ప్రసేన్, 70133 58154

గవర్నర్ (హిందీ)
నటీనటులు: మనోజ్ బాజ్‌పేయి, మహ్మద్ కుంజు, మధుబాల
దర్శకత్వం: చిన్మయ్ మాండ్లేకర్
నిడివి: 2 గంటల 2 నిమిషాలు
విడుదల: అమెజాన్ ప్రైమ్

సైన్స్, ఆధ్యాత్మికతల మేళవింపు

ట్రావెలోకం

ఈ వేసవి సెలవుల్లో నేను నా శ్రీమతి, ఇద్దరు పిల్లలతో కలిసి గుజరాత్‌లోని సోమనాథ్, ద్వారకలను సందర్శించా. హైదరాబాద్‌లోని లింగంపల్లి రైల్వేస్టేషన్ నుంచి రాత్రి బయలుదేరి పుణే, వాసాయి రోడ్, సూరత్ మీదుగా మరుసటిరోజు సాయంకాలం వడోదరకు చేరుకున్నాం. ఈ ప్రయాణంలో అనేక సొరంగాల గుండా వెళ్తూ కొత్త అనుభూతిని పొందాం.

మరుసటిరోజు ఉదయాన్నే బయలుదేరి పోయిచ అనే గ్రామంలోని 'స్వామి నారాయణ మందిర్' దర్శించుకొని... కెవాడియాలోని ఏక్తానగర్ చేరుకున్నాం. ఇది నర్మదా నది తీరాన ఉన్న ఒక అద్భుత పర్యాటక ప్రాంతం. 'స్టాచ్యూ ఆఫ్ యూనిటీ' (ఐక్యతా ప్రతిమ) ప్రపంచంలోనే అత్యంత ఎత్తైన (182 మీటర్లు) సర్దార్ వల్లభ్ భాయ్ పటేల్ విగ్రహాన్ని పిల్లలు చూసి అబ్బురపడ్డారు. భారతదేశాన్ని ఏకం చేయడంలో... ముఖ్యంగా హైదరాబాద్ నిజాం రాజ్యం భారతదేశంలో విలీనం కావడానికి పటేల్ చేసిన కృషిని సవివరంగా తెలుసుకున్నారు. వ్యూయింగ్ గ్యాలరీలో... విగ్రహం గుండె భాగంలో (135 మీటర్ల ఎత్తులో) ఉన్న గ్యాలరీ నుంచి నర్మదా నది, సర్దార్ సరోవర్ డ్యామ్ అందాలను చూడటం మర్చిపోలేని అనుభూతి. సాయంత్రం వేళ విగ్రహంపై ప్రదర్శించే లేజర్ షో ద్వారా ఆయన జీవిత చరిత్రను దృశ్యరూపంలో ఎంతో ఆసక్తిగా వీక్షించాం. రాత్రి సమీపంలోని హోటల్‌లో బస చేసి... మర్నాడు ఉదయమే బయలుదేరి, మధ్యాహ్నం అహ్మదాబాద్‌కు చేరుకున్నాం.

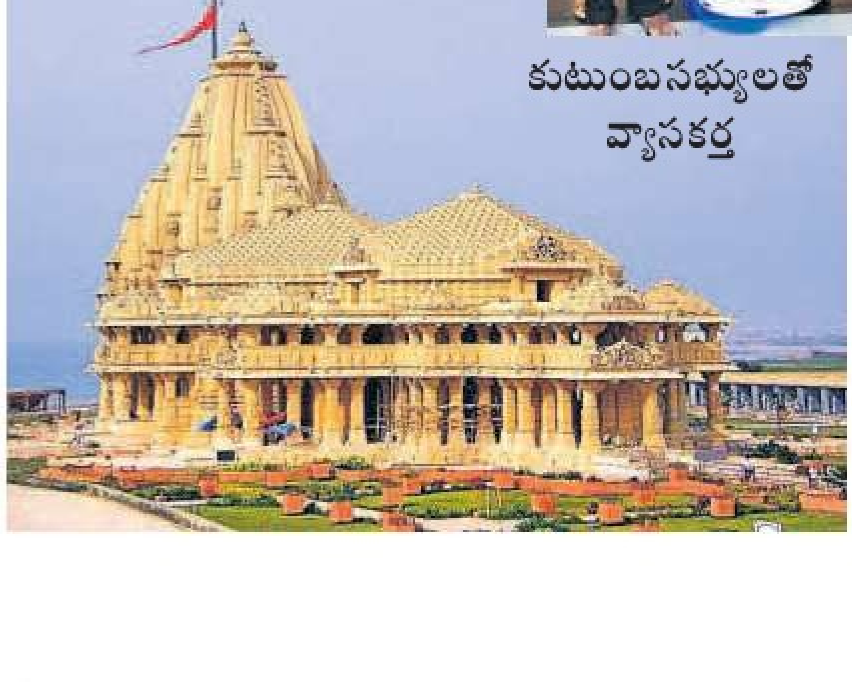
అక్వాటిక్ గ్యాలరీ... అద్భుతం...

అహ్మదాబాద్... ఆధునికతతో పాటు ప్రాచీన సంస్కృతి కలగలిసిన అద్భుతమైన నగరం. గుజరాత్ సైన్స్ సిటీ దాదాపు 107 హెక్టార్ల విస్తీర్ణంలో ఉంటుంది. ఈ సైన్స్ సిటీలో అనేక ఆధునిక, సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో కూడిన విషయాలను తెలుసుకోవచ్చు. అక్వాటిక్ గ్యాలరీ... ఇది భారతదేశం లోనే అతిపెద్ద అక్వేరియంలలో ఒకటి. నీటి అడుగున సొరంగం గుండా నడుస్తూ... సొరచేపలను చూడొచ్చు. రోబోటిక్స్ గ్యాలరీలో వివిధ రకాల పనులు చేసే 200కు పైగా రోబోలను చూశాం. రోబోలు డాన్స్ చేయడం, వంట చేయడం చూసి ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ (ఏఐ) శక్తిని తెలుసుకున్నాం. స్పేస్ అండ్ ప్లానెటోరియంలో నక్షత్ర మండలాలు, ఇస్రో రాకెట్ల నమూనాలు పిల్లల్ని బాగా ఆకట్టుకున్నాయి. ఇవన్నీ చూసే సరికి సాయంకాలమయ్యింది. ఆ రాత్రి హోటల్‌లో బసచేశాం.

ఉదయం సబర్మతి ఆశ్రమానికి వెళ్ళాం. మహాత్మాగాంధీ నివసించిన ఆశ్రమాన్ని సందర్శించడం ద్వారా స్వాతంత్ర్య పోరాట చరిత్రను, గాంధీజీ సరళమైన జీవన విధానాన్ని తెలుసుకున్నాం. అక్కడి నుంచి అటల్ బ్రిడ్జి సందర్శించాం. అదొక అద్భుత నిర్మాణం. అలాగే పురాతన అదాలజ్ మెట్ల బావి తప్పకుండా చూడాల్సిన ప్రదేశం. నగరానికి సమీపంలో ఉన్న ఈ మెట్ల బావి ఒక చారిత్రక కట్టడం. ఐదంతస్తుల ఈ బావి గోడలపై అద్భుతమైన శిల్పకళ, రాతి చెక్కడాలు కనిపిస్తాయి. నాటి శిల్పుల కళా నైపుణ్యానికి ఇదొక నిదర్శనం.

అరేబియా తీరాన సోమనాథ్...

మరుసటి రోజు ఉదయాన్నే అహ్మదాబాద్ నుంచి బయలుదేరి సాయంకాలం మొదటి జ్యోతిర్లింగ క్షేత్రమైన సోమనాథ్‌కి చేరుకొని అక్కడి హోటల్‌రూమ్‌లో బసచేశాం. ఉదయమే సోమనాథ్ మందిరంలోని పరమ శివుడిని దర్శించుకున్నాం. సోమనాథ్ ఆలయం అరేబియా సముద్ర తీరాన ఉన్న విశిష్ట నిర్మాణం. విదేశీ దండయాత్రల వల్ల ఈ ఆలయం ఎన్నిసార్లు ధ్వంసమైనా, తిరిగి ఎలా పునర్నిర్మితమైందో తెలుసుకుని ఆశ్చర్యపోయాం. బాణ స్తంభం... ఆలయ ప్రాంగణంలోని ఈ స్తంభం నుంచి దక్షిణ ధృవం దాకా మధ్యలో ఎలాంటి భూభాగం (నేల) లేదనే ఖగోళ, భౌగోళిక నిజాన్ని తెలుసుకుని ఆశ్చర్యపోయాం.



కుటుంబసభ్యులతో వ్యాసకర్త

అతిపొడవైన కేబుల్ వంతెన...

తర్వాతి రోజు ఉదయాన్నే ఇక్కడికి సమీపాన ఉన్న 'బాలికా తీర్థ్' (శ్రీ కృష్ణుడి నిర్యాణం జరిగిన ప్రదేశం) దర్శించుకొని... అక్కడి నుంచి మా యాత్ర చివరి ఘట్టంగా శ్రీకృష్ణుడి లీలాభూమి అయిన ద్వారకను దర్శించుకున్నాం. గోమతి నదిలో స్నానం చేసి, ద్వారకాధీశ ఆలయంలో శ్రీకృష్ణున్ని వీక్షించాం. అక్కడే సుదర్శన్‌సేతు ఓఖా నుంచి బేట్ ద్వారకను కలుపుతూ సముద్రంపై నిర్మించిన... భారతదేశపు అతిపొడవైన కేబుల్ వంతెనపై ప్రయాణించడం సరికొత్త రోడ్డు ప్రయాణ అనుభవాన్ని అందించింది. ద్వారకకు సమీపంలో ఉన్న 12 జ్యోతిర్లింగాలలో ఒకటైన నాగేశ్వరాలయానికి చేరుకుని, ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు చేశాం. ఆ తర్వాత ద్వారకకు ప్రయాణమై... మరుసటి రోజు ఉదయం రైలులో హైదరాబాద్‌కు చేరుకున్నాం.

- పుత్తూర్ శరత్‌కుమార్, 99595 15876

‘మాజీ’ మార్కెట్!

“నా ఎక్స్‌ను కలవడానికి వెళుతున్నా” అని భాగస్వామికి చెప్పే ధైర్యం ఎవరికైనా ఉంటుందా? ఒకవేళ అలా చెబితే పక్కాగా విడాకులు ఖాయం. కానీ ఆశ్చర్యంగా వియత్నామీ వాళ్లు మాత్రం ఏమనరు? పైగా మాజీ ప్రేమికులు కలుసుకునేందుకు ఒక మార్కెట్ ఉంది. అక్కడ ఏడాదికి ఒక రోజు మాజీ ప్రేమికుల వేడుక జరుగుతుంది.

వియత్నాంలోని ఖావ్ వై గ్రామంలో ఏడాదిలో ఒకరోజు మాజీ ప్రేమికుల కోసం ఓ వేడుక జరుగుతుంది. ఆ రోజు మాజీ ప్రేమికులు కలుసుకుని కష్టసుఖాలను పంచుకుంటారు. ‘ఖావ్ వై లవ్‌మార్కెట్’గా గుర్తింపు పొందిన ఆ ప్రదేశం పర్యాటకులను ఆకర్షిస్తోంది. సాధారణంగా ఏప్రిల్ లేదా మే నెల చివర్లో ఈ వింత వేడుక జరుగుతుంది.

వియత్నాంలో ఇదొక పురాతన సాంస్కృతిక సంప్రదాయం. మోంగ్, నంగ్ తెగకు చెందిన ప్రజల్లో ఈ సంప్రదాయం చాలాకాలంగా కొనసాగుతోంది. హాజియాంగ్ నగరానికి సుమారు 200 కి.మీ దూరంలో ఖావ్ వై గ్రామం ఉంటుంది. ప్రేమించుకుని... వివిధ కారణాల వల్ల పెళ్లి చేసుకోలేకపోయిన ప్రేమికులు... ఏడాదికి ఒకసారి అక్కడ కలుసుకుంటారు. మార్కెట్ ముగిసిన తర్వాత ఎవరి ఇళ్లకు వాళ్లు తిరిగి వెళ్లి... వారి వారి భాగస్వాములతో జీవితం కొనసాగిస్తారు. విచిత్రం ఏమిటంటే... ఇలా మాజీలను కలుసుకోవడం గురించి ఎవరూ అసూయపడరు. ఎలాంటి గొడవలూ ఉండవు. మిగతా రోజుల్లో ఖావ్ వై లవ్ మార్కెట్ యధాతథంగా కొనసాగుతుంది. ప్రజలు కలుసుకోవడం, కొత్త స్నేహాలు ఏర్పరుచుకోవడం, వస్తువులు కొనుగోలు చేయడం, సంప్రదాయ కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనడం జరుగుతుంది. ఈ మార్కెట్‌లో మాజీ ప్రేమికులు కలుసుకోవడం అనే సంప్రదాయం వెనుక... ఒక విషాద ప్రేమకథ ఉంది.

వాగ్దానం... సంప్రదాయంగా....

‘బా’ అనే నంగ్ తెగకు చెందిన యువకుడు, ‘ఉట్’ అనే గియాయ్ తెగకు చెందిన యువతి ప్రేమించుకున్నారు. ఇద్దరూ వేర్వేరు జాతులకు చెందినవారు. వారి ఆచారాలు వేరు. దాంతో వారి కుటుంబాలు పెళ్లికి ఒప్పుకోలేదు. ఫలితంగా వాళ్లిద్దరూ కలిసి జీవించలేకపోయారు. అయితే తమ ప్రేమ కోసం... ఇరువైపుల కుటుంబాలు గొడవలు, రక్తపాతం జరగాలని ఆ ప్రేమికులు కోరుకోలేదు. ఏడాదికి ఒక్కసారి ఖావ్ వైలో కలుసుకోవాలని ఒకరికొకరు మాట ఇచ్చుకున్నారు. ఆ చిన్న వాగ్దానం... అందరికీ తెలిసి, కాలక్రమంలో అదొక సంప్రదాయంగా మారింది. ఈ ప్రేమకథ ఆధారంగా ప్రారంభమైన ఖావ్ వై మార్కెట్ ఇప్పుడు ప్రేమికులు, స్నేహితులు, వివిధ వర్గాల ప్రజలు కలుసుకునే వేదికగా మారింది. ఈ వేడుకకు ప్రజలు సంప్రదాయ దుస్తులు ధరించి వస్తారు. జానపద సంగీతం, జానపద నృత్యాలు, స్థానిక వంటకాలు, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు జరుగుతాయి. అందుకే ఈ లవ్ మార్కెట్ ప్రముఖ పర్యాటక కేంద్రంగా మారింది. ✻

అదృశ్య రేఖా చిత్రం

అన్నిసార్లూ... రంగుల చిత్రమేం గాదు!
కొన్నిసార్లు చెట్టు కొమ్మలోంచి పుట్టే
గాలి చిరునవ్వు అది
ప్రతిసారి కనిపించే దృశ్యం మాత్రమే కాదు
అదృశ్య స్పర్శ కూడా!

శూన్యపు ఉక్కపోతలో
ఒంటికి తాకే ఊహల పైరగాలి అది...

మనిషే కావాలా!
మట్టి కూడా స్ఫూర్తి బొమ్మ గీస్తుంది!

మాటలు లేకపోతేనేం
గేయానికి సరిపడా గాయాలున్నై
గెలుపునకు సరిపడా
సలపరింతలూ ఉన్నాయి

లోతైనవో
పొడవైనవో
కొలతలకందని వెలితిని
పగలంతా పూరించుకుంటూ పోదాం

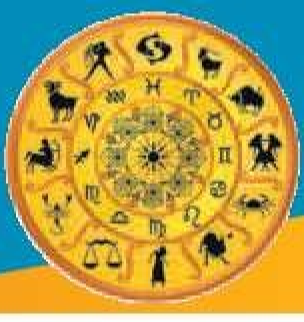
కలత నిద్రే అయినా
రాత్రంతా...
ఏదో ఒక కలగంటూ ఉందాం!

ఖండాంతర దూరము
హృదయం పక్కనే ఉండొచ్చు!
సమీపము
గ్రహాంతర దూరమూ కావచ్చు!

ఉండడమూ
లేకపోవడమూ
ఉనికికి అద్దాలు కానే కావు!

ఊపిరితో చెరిగిపోయేదా
కాలం మీద మనిషి సంతకం!?

- రహీమొద్దీన్
90108 51085



అనుగ్రహం

30 ఆగస్టు - 5 సెప్టెంబర్ 2026

పి.ప్రసూనా రామన్

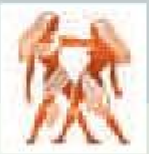
మేషం
అశ్విని, భరణి, కృత్తిక 1వ పాదం

తలపెట్టిన కార్యం సఫలమవుతుంది. శుభకార్యాన్ని ఆర్భాటంగా చేస్తారు. పరిచయాలు బలపడతాయి. కానుకలిచ్చిపుచ్చుకుంటారు. పనులు అనుకున్న విధంగా సాగుతాయి. అవగాహన లేని విషయంలో జోక్యం తగదు. కొందరు మీ వ్యాఖ్యను వక్రీకరిస్తారు. ప్రముఖుల జోక్యంతో వివాదం సద్దుమణుగుతుంది. ఖర్చులు అధికం. ఫోన్ సందేశాలు పట్టించుకోవద్దు. ముఖ్యమైన వివరాలు గోప్యంగా ఉంచండి.

వృషభం
కృత్తిక 2,3,4; రోహిణి, మృగశిర 1,2 పాదాలు

సంప్రదింపులు ఫలిస్తాయి. మీ ప్రతిపాదనలకు ఆమోదం లభిస్తుంది. వ్యూహాత్మకంగా అడుగులేస్తారు. పరిస్థితులు అనుకూలిస్తాయి. కొత్త పనులు చేపడతారు. పలుకుబడి కలిగినవారితో పరిచయాలు ఏర్పడతాయి. ఖర్చులు విపరీతం. పొదుపు ధనం గ్రహిస్తారు. ఆరోగ్యం బాగుంటుంది. ఆత్మీయులతో తరచూ సంభాషిస్తుంటారు. ఒక ఆహ్వానం సంతోషం కలిగిస్తుంది. కొందరి నిర్లక్ష్యం ఇబ్బంది కలిగిస్తుంది.

మిథునం
మృగశిర 3,4; ఆర్ద్ర, పునర్వసు 1,2,3 పాదాలు



వ్యవహార పరిజ్ఞానంతో నెట్టుకొస్తారు. పరిచయాలు ఉన్నతికి తోడ్పడతాయి. కొత్త విషయాలు తెలుసుకుంటారు. పనుల్లో ఒత్తిడి, శ్రమ అధికం. ఆచితూచి అడుగేయాలి. ఎవరినీ అతిగా నమ్మవద్దు. ఖర్చులు ప్రయోజనకరం. ఆలయాలకు విరాళాలు అందిస్తారు. వివాహయత్నాలు తీవ్రంగా సాగిస్తారు. పిల్లల దూకుడు అదుపు చేయండి. ఏ విషయాన్నీ తేలికగా తీసుకోవద్దు. నోటీసులు అందుకుంటారు.

కర్కాటకం
పునర్వసు 4వ పాదం, పుష్యమి, ఆశ్లేష

శుభవార్త వింటారు. సమర్థతకు గుర్తింపు లభిస్తుంది. అందరితోనూ సౌమ్యంగా మాట్లాడండి. ఎవరినీ తక్కువ అంచనా వేయొద్దు. మీ ఉన్నతిని చాటుకోవ టానికి వ్యయం చేస్తారు. ప్రభుత్వ కార్యాల యాల్లో పనులు సానుకూలమవుతాయి. తెగిపోయిన సంబంధాలు బలపడతాయి. ఒక సమాచారం ఆలోచింపచేస్తుంది. మీ ప్రమేయంతో వివాహసంబంధం నిశ్చయమవుతుంది.

సింహం
మఖ, పుబ్బ, ఉత్తర 1వ పాదం

కార్యసాధనకు పట్టుదల ప్రధానం. యత్నాలు కొనసాగించండి. మీ కృషి త్వరలో ఫలిస్తుంది. సాయం ఆశించవద్దు. అయినవారే మిమ్మలను చిన్నచూపు చూస్తారు. ఆదాయం నిరాశాజనకం. ఊహించని ఖర్చు చికాకుపరుస్తుంది. పనులు ఒక పట్టాన సాగవు. సన్నిహితుల హితవు కార్యోన్ముఖులను చేస్తుంది. మనోధైర్యంతో ముందుకు సాగుతారు. ఫోన్ సందేశాలు పట్టించుకోవద్దు. శుభకార్యానికి హాజరవుతారు.

కన్య
ఉత్తర 2,3,4; హస్త, చిత్త 1,2 పాదాలు

సంప్రదింపులు ముందుకు సాగవు. నిరుత్సాహానికి గురవుతారు. ఏది జరిగినా మంచికేనని భావించండి. ఓర్పుతో యత్నాలు సాగించండి. దుబారా ఖర్చులు విపరీతం. పనులు మొండిగా పూర్తి చేస్తారు. అందరితోనూ మితంగా సంభాషించండి. ఆత్మీయులతో కాలక్షేపం చేస్తారు. ఒక సమాచారం ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. పత్రాల్లో సవరణలు సాధ్యపడతాయి. పిల్లలకు శుభం జరుగుతుంది.

తుల
చిత్త 3,4; స్వాతి, విశాఖ 1,2,3 పాదాలు

లక్ష్యం సాధిస్తారు. మీ కృషి ప్రశంసనీయమవుతుంది. పనులు త్వరితగతిన సాగుతాయి. విలాసాలకు వ్యయం చేస్తారు. మీ జోక్యంతో ఒక సమస్య పరిష్కారమవు తుంది. స్థిరాస్తి కొనుగోలు దిశగా యత్నాలు సాగిస్తారు. పోయాయనుకున్న పత్రాలు లభిస్తాయి. మానసికంగా స్థిమితపడతారు.తరచూ ఆత్మీయులతో సంభాషిస్తుంటారు. ముఖ్యులకు స్వాగతం, వీడ్కోలు పలుకుతారు.

వృశ్చికం
విశాఖ 4వ పాదం; అనూరాధ, జ్యేష్ఠ

సర్వత్రా అనుకూలం. అవకాశాలను చేజిక్కించుకుంటారు. బాకీలు వసూలవుతాయి. ఆదాయానికి తగ్గట్టుగా లెక్కలు వేసుకుంటారు. అంచనాలు ఫలిస్తాయి. వాహనం కొనుగోలు చేస్తారు. రశీదులు జాగ్రత్త. అర్థాంతరంగా ముగించిన పనులు పూర్తి చేస్తారు. కొందరి రాక ఇబ్బంది కలిగిస్తుంది, కార్యక్రమాలు ముందుకు సాగవు. నోటీసులు అందుకుంటారు. ఒక సమాచారం ఆలోచింపచేస్తుంది.

ధనుస్సు
మూల, పూర్వాషాఢ, ఉత్తరాషాఢ 1వ పాదం

లావాదేవీలు ముగుస్తాయి. రుణవిముక్తులవుతారు. రోజువారీ ఖర్చులే ఉంటాయి. అయినవారితో కాలక్షేపం చేస్తారు. పనులు వేగవంతమవుతాయి. కొత్తవ్యక్తులతో మితంగా సంభాషించండి. మీ నుంచి విషయం రాబట్టేందుకు కొందరు యత్నిస్తారు. ఆర్థిక విషయాలు వెల్లడించవద్దు. ముఖ్యమైన పత్రాలు అందుకుంటారు. వివాహయత్నం ఫలించే సూచనలున్నాయి. మీ ఇష్టాయిష్టాలకు ఆమోదం లభిస్తుంది.

మకరం
ఉత్తరాషాఢ 2,3,4; శ్రవణం, ధనిష్ఠ 1,2 పాదాలు

ఆశావహదృక్పథంతో మెలగండి. ఏ విషయాన్నీ తీవ్రంగా పరిగణించవద్దు. పరిస్థితులు నిదానంగా చక్కబడతాయి. ఆప్తులతో తరచూ సంభాషిస్తారు. అనుకోని ఖర్చులుంటాయి, ధనం మితంగా వ్యయం చేయండి. ఆలోచనల్లో మార్పు వస్తుంది. మీ శ్రీమతి ప్రోద్బలంతో ముందుకు సాగుతారు. పనుల్లో ఒత్తిడి, శ్రమ అధికం. ఆహ్వానం అందుకుంటారు. తెగిపోయిన బంధుత్వాలు బలపడతాయి. ఆరోగ్యం బాగుంటుంది.

కుంభం
ధనిష్ఠ 3,4; శతభిషం, పూర్వాభాద్ర 1,2,3 పాదాలు

ప్రతికూలతతో సతమతమవుతారు. మీ కృషి ఫలించదు. ఆలోచనలు పలు విధాలుగా ఉంటాయి. ఏ విషయంపై ఆసక్తి ఉండదు. ఖర్చులు విపరీతం. రాబడిపై దృష్టిపెడతారు. పనులు హడావుడిగా సాగుతాయి. పరిచయస్తుల రాక చికాకు పరుస్తుంది. స్థిమితంగా ఉండటానికి యత్నించండి. వ్యాపకాలు సృష్టించుకోవటం శ్రేయస్కరం. ఈ చికాకులు తాత్కాలికమే. పెద్దల హితవు మీపై సత్ప్రభావం చూపుతుంది.

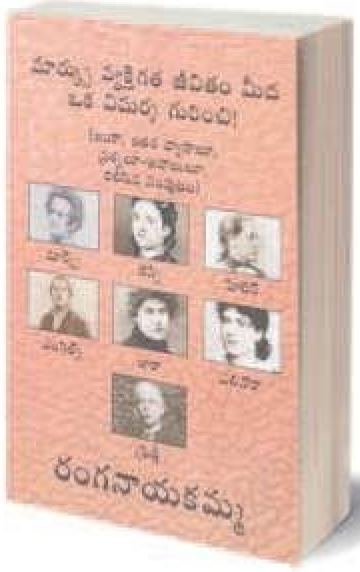
మీనం
పూర్వాభాద్ర 4వ పాదం, ఉత్తరాభాద్ర, రేవతి

ఆర్థికలావాదేవీల్లో ఏకాగ్రత వహించండి. అనాలోచిత నిర్ణయాలు తగవు. అనుభవజ్ఞుల సలహా పాటించండి. రాబోయే ఆదాయానికి ఖర్చులు సిద్ధంగా ఉంటాయి. పెట్టుబడులు కలిసిరావు. పరిచయస్తుల రాక ఇబ్బంది కలిగిస్తుంది. పనులు అర్థాంతరంగా ముగిస్తారు. ఆహ్వానం అందుకుంటారు. పత్రాల్లో సవరణలు సాధ్యపడతాయి. ప్రముఖులతో పరిచయాలేర్పడతాయి. వ్యతిరేకులతో జాగ్రత్త. శుభకార్యానికి హాజరవుతారు.

కొత్త పుస్తకాలు

తార్కిక విమర్శలూ.. ఆసక్తికర విశ్లేషణలూ

సామాజిక, రాజకీయ, సాహిత్య అంశాలపై రచయిత్రి రంగనాయకమ్మ రాసిన వ్యాసాల సంపుటమిది. దీనిలో ప్రధానమైన వ్యాసం... మేరీ గాబ్రియల్ 2011లో రాసిన 'లవ్ అండ్ క్యాపిటల్' గురించి. కారల్ మార్క్సుకు పనిమనిషితో రహస్య సంబంధం ఉందనీ, పుట్టిన బిడ్డను తన కొడుకుగా ప్రకటించలేదనీ అప్పటికే ఉన్న వదంతిని సమర్థిస్తూ సాగిన మేరీ రచనలో ఏ లోపాలూ, వైరుధ్యాలూ ఉన్నాయో పదునైన తర్కంతో ఎత్తిచూపారు. భక్తి కీర్తనలు ఏం బోధిస్తాయో 'నగుమోము గనలేనీ', 'సామజ వరగమన' లాంటి కొన్నిటిని ఉదాహరణలుగా తీసుకుని విశ్లేషించారు. మహిళా రిజర్వేషన్లు అనేవి స్త్రీల సమస్యలకు సర్వరోగ నివారిణి కాదనీ, 'కాళ్ళు విరగ్గొట్టి కర్ర చేతికిచ్చినట్టు' అనీ వ్యాఖ్యానిస్తారు. వి. వెంకట్రావు, ఎండపల్లి భారతి రాసిన కథలపై ప్రశంసాత్మక స్పందనలూ, శ్రమదోపిడీ, కులసమస్య, ఇంటిపేర్లు లాంటి అంశాలపై పాఠకుల ప్రశ్నలకు ఇచ్చిన సమాధానాలూ చూడవచ్చు. రంగనాయకమ్మ రచయిత్రిగా తొలి అడుగులు వేస్తున్న కాలంలో.. 60-70 ఏళ్ల క్రితం ఆంధ్రసచిత్రవారపత్రికలో రాసిన కొన్ని రాతలను ఈ పుస్తకంలో చేర్చారు. జటిలమైన విషయాలను కూడా సులభంగా, ఆసక్తికరంగా చర్చించిన సంపుటమిది.

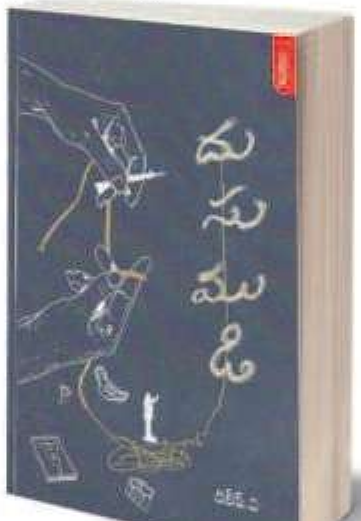


- సీహెచ్. వేణు

మార్క్సు వ్యక్తిగత జీవితం మీద ఒక విమర్శ గురించి!
(వ్యాసాలూ, ప్రశ్నలూ - జవాబులూ)
రచన: రంగనాయకమ్మ; **పేజీలు:** 208; **వెల:** రూ. 120
ప్రతులకు: అరుణా పబ్లిషింగ్ హౌస్ - 94406 30378

ఎవరికి వాళ్లు విప్పుకోవాల్సిన ముడి

కవి ఎప్పుడూ సాహసే. పదాలకు పదును పెట్టి, అసమానతలపై యుద్ధం చేస్తాడు. స్వేచ్ఛకోసం ఆధిపత్య భావజాలాన్ని ధిక్కరిస్తాడు. 'దుసుముడి'లో దిలీప్ కూడా జాతి, మత, కుల, లింగ వివక్షలు లేవని చెప్పే, చచ్చు మూకలపై అక్షరాలతో దండయాత్ర చేస్తున్నాడు. బాల్యంలోని చేదు గురుతులను ఆర్ద్రంగా తడుముకుంటూ, మర్చిపోడానికి మాత్రేదైనా ఇవ్వగలరా? అని ఆత్మగౌరవంతో అడుగుతున్నాడు. బహుజన తల్లి బతుకు చిత్రాన్ని బాధగా గీస్తున్నాడు. ప్రేమలోని కలయిక, విరహం, మతం వంటి అడ్డంకుల్ని కవిత్వీకరిస్తున్నాడు. "ఎద సవ్వడివై వెంట ఉండు/ఒంటరిని చేయకు" అని జ్ఞాపకాలతో కలత చెందుతున్నాడు. "ఒకరిది ఆధిపత్యపు వాంఛ/మరొకరిది స్వేచ్ఛా కాంక్ష" అంటూ భార్యాభర్తల బంధాన్ని నిర్వచిస్తున్నాడు. ఇంద్రకుమార్ మేఘవాల్, బిల్కిస్ బానో సంఘటనలను నిరసిస్తూ "చెరచినోళ్లకి, చంపినోళ్లకి/ రామరాజ్యంలో సన్మానాలు జరుగుతాయని" మతతత్వ ప్రభుత్వాన్ని "సారీ... కంప్లైంట్ ఇవ్వలేను" అని వ్యంగ్యంగా ప్రశ్నిస్తున్నాడు. అంబేడ్కరిజం ముసుగువేసుకున్న వాళ్ల గురించి "ఆ కుసుమాలన్నీ కుట్రల కంపు కొడుతున్నాయి/ఆ ప్రశంసించే నేతల నోళ్ళన్నీ/మురుగు కాలువలను తలపిస్తున్నాయి" అని హెచ్చరిస్తున్నాడు. "అమ్మ నవ్వితే.../గుత్తులు గుత్తులుగా పూసిన / శిక్కుడు పూల లెక్కుంటది" అంటూ తెలంగాణ తల్లిభాష పరిమళాన్ని వెదజల్లుతున్న 'దుసుముడి' భిన్న అస్తిత్వాల ఏకత్వాన్ని కోరుకుంటుంది.

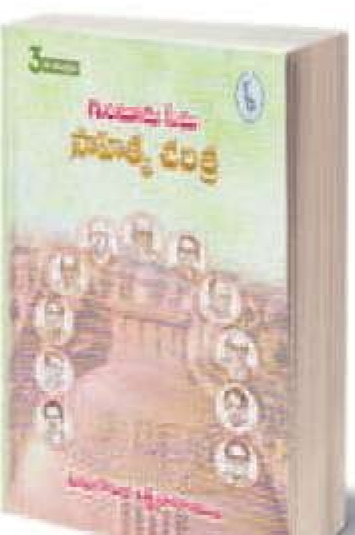


- ఎ. రవీంద్రబాబు

దుసుముడి (కవిత్వం), **రచన:** దిలీప్. వి
పేజీలు: 139, **వెల:** రూ.120, **ప్రతులకు:** 99858 03222

గుంటూరు జిల్లా సాహిత్య చరిత్ర

చరిత్ర దృక్పథాన్ని విస్తృత పరిధిలో అవగాహన చేసుకోవటానికీ, మానవ సమాజాలను సూక్ష్మ స్థాయిలో విశ్లేషించుకోవటానికీ ప్రాంతీయ, స్థానిక చరిత్రలు ఉపయోగపడతాయి. జిల్లాల చరిత్రలు వచ్చినా, సాహిత్య చరిత్ర రచనలు మాత్రం వ్యాసాలకే పరిమితమయ్యాయి. అలాంటి పరిస్థితుల్లో 122 ఏళ్ల గుంటూరు జిల్లాను ఒక ప్రమాణంగా తీసుకొని సాహిత్య చరిత్ర రాయటం ఈ పుస్తకం ప్రత్యేకత. తిక్కనతో మొదలుపెట్టి శ్రీనాథుడు, వేమన, గుర్రం జాషువా, తుమ్మల, కరుణశ్రీ, ఏటుకూరి, కొండవీటి వెంకటకవి, బలిజేపల్లి, ఉన్నవ, రావూరి భరద్వాజ, వోల్గా, ఇనాక్, బొల్లిముంత, గోపీచంద్, కొడవటిగంటి, కత్తి పద్మారావు, పాపినేని శివశంకర్‌లాంటి మహామహుల సాహిత్యకృషిని ఈ 'గుంటూరు సీమ సాహిత్య చరిత్ర' గుండెకెత్తుకుంది. చందు సుబ్బారావు మాటల్లో చెప్పాలంటే మూడు డాక్టరేట్లకు సరిపడా విషయ ప్రసక్తి, విశేష ప్రశస్తి, వివేక ప్రసిద్ధి దాగివున్న గ్రంథమిది. అందరూ రాసేవాళ్ళే అయితే రాసే వాళ్ళ పరంపరను మోసేవాళ్ళెవరనే ప్రశ్నకు సమాధానంగా మొదలుపెట్టి ఆరేళ్లలో మూడుసార్లు రివైజ్ చేసి సమగ్రత చేకూర్చిన ఘనత రచయితకు దక్కుతుంది.



- బి. ఎన్

గుంటూరు సీమ సాహిత్య చరిత్ర; రచన: పెనుగొండ లక్ష్మీనారాయణ
పేజీలు: 516, **వెల:** రూ. 500, **ప్రతులకు:** విశాలాంధ్ర, నవచేతన, నవోదయ

విస్మృత మల్ల యోధుడి గాథ

కోడి రామ్మూర్తి నాయుడు పేరు వినగానే దేశం గర్వించదగ్గ పరాక్రమ వంతుడనే మాట ఎవరైనా ఠక్కున చెబుతారు. ఆయన తెలుగువాడై నందుకు గర్వపడతామంటారు. అంతకు మించి ఆయన గురించి పెద్దగా తెలిసింది లేదు. ఎందుకంటే కోడి రామ్మూర్తి నాయుడుకు సంబంధించి అడపా దడపా వ్యాసాలు రావడం తప్పితే, ఆయన జీవితాన్ని తెలియచేసే సమగ్ర గ్రంథం ఇంతవరకూ తెలుగులో రాలేదు. ఆ లోటును సీనియర్ జర్నలిస్ట్, రచయిత యర్నాగుల సుధాకరరావు 'కోడి రామ్మూర్తి నాయుడు' గ్రంథం ద్వారా తీర్చారు. 1982 నవంబర్ 3న వీరఘట్టంలో కోడి రామ్మూర్తి నాయుడు జన్మించింది మొదలు, 1942 జనవరి 16న తుదిశ్వాస విడిచే వరకూ ఆయన జీవితంలో జరిగిన సంఘటనలను ఈ పుస్తకంలో పొందుపరిచారు. మధ్య తరగతి కుటుంబంలో జన్మించిన రామ్మూర్తి నాయుడు మల్ల మార్తాండుడిగా ఎదిగిన క్రమం, ఎన్నో వ్యయప్రయాసలకు ఓర్చి సర్కస్ కంపెనీని ఏర్పాటు చేసిన వైనం, విదేశీ ప్రదర్శనలతో అంతర్జాతీయ గుర్తింపు పొందిన విశేషాలు ఇందులో సవివరంగా పేర్కొన్నారు. దట్టమైన అడవుల్లో జరిగే క్రూరమృగాల వేట, సర్కస్ కంపెనీల్లోని తంతు, భారతీయులపై ఆంగ్లేయుల అకృత్యాలు కళ్ళకు కట్టినట్టుగా వివరించారు. ఇండియన్ హెర్క్యులస్, అపర దాన కర్ణుడు, దీనజన బాంధవుడు కోడి రామ్మూర్తి నాయుడు జీవిత చరమాంకం గురించి చదివినప్పుడు కళ్ళు చెమర్చక మానవు. అతిశయోక్తుల జోలికి వెళ్లకుండా, అత్యంత సహజంగా ఈ రచన సాగింది. చరిత్ర విస్మరించిన ఆ గొప్ప మల్ల యోధుడికి నివాళిగా ఈ పుస్తకాన్ని భావించొచ్చు.

- వి. మాధవి

కోడి రామ్మూర్తి నాయుడు
రచన: యర్నాగుల సుధాకరరావు
పేజీలు: 320, **వెల:** రూ. 275
ప్రతులకు: 0866-2436643, 81210 98500

భలే బ్యాక్‌ప్యాక్...

నగరాల్లో రోడ్డు మీద ప్రయాణం ఒక నరకం. అడుగడుగునా ఆటంకాలే. ఒక్కోసారి రెక్కలుంటే బాగుణ్ణు అనిపిస్తుందెవరికైనా. అది సాధ్యం కాకపోవచ్చు కానీ, రోడ్డు మీద నడుస్తుంటే... హఠాత్తుగా కాసేపు ఎగిరే ఛాన్స్ లేకపోలేదంటున్నారు నిపుణులు. అందుకోసం ఏకంగా ఒక బ్యాక్‌ప్యాక్‌నే తయారుచేశారు.

ల్యాప్‌టాప్, బట్టలు పెట్టుకోవడానికి బ్యాక్‌ప్యాక్ వాడతాం కదా... ఇప్పుడు దానితోనే అవసరమైనప్పుడు అమాంతం గాల్లోకి తేలిపోవచ్చని అంటున్నారు జపాన్‌కు చెందిన టోక్యో విశ్వవిద్యాలయంలోని పరిశోధకులు. దీనికి 'లూనావిటీ' అని నామకరణం చేశారు. ఇది మల్టీరోటర్ వ్యవస్థతో అచ్చు ఒక డ్రోన్‌లా పనిచేస్తుందన్నమాట. దీంట్లో మొత్తం 16 రోటర్లను ఉపయోగించారు. వీటివల్ల తక్కువ గురుత్వాకర్షణ శక్తిని కలిగి... మనిషి అమాంతం గాలిలో ఎగిరేలా చేస్తుంది. అయితే.. ఇక్కడ దూకడానికి అవసరమైన శక్తిని కాళ్లే అందిస్తాయి సుమా. శరీరంతోనే కదలికలను నియంత్రిస్తూ మరింత ఎత్తుకు ఎగురుతారంతే. అలాగే ఎక్కువ సేపు గాలిలో ఉండగలుగుతారు. గాలిలో ఉన్నప్పుడు రోటర్లు శరీర బరువులో కొంత భాగాన్ని మోస్తాయి. అంటే.. ఇవి సుమారు 50 కిలోల బరువు వరకు మోయగలవన్నమాట. ఎత్తుకు ఎగిరే ఆటలు, వినోదం కోసం, ఎగుడు దిగుడు నేల లేదా అడ్డంకులను దాటడానికి దీన్ని తయారుచేశారట పరిశోధకులు. రద్దీగా ఉండే రోడ్లను దాటడానికి ఇదేదో బాగుందనిపిస్తోంది కదూ!

గత పూరణం జవాబులు

1 సౌ	ర	2 భం	❄	3 గో	రు	4 వం	5 క	❄	6 భ	ట్టి
ష్ఠ	❄	7 గు	8 బి	లి	❄	9 చ	లి	10 వేం	ద్రం	❄
11 వం	12 గ	❄	త్త	❄	13 కో	న	❄	గి	❄	14 తి
❄	ల్లం	❄	15 ర	భ	స	❄	16 గు	❄	17 నె	త్తి
18 మె	తు	19 కు	❄	❄	20 ల	21 వ	ణం	❄	న	❄
ర	❄	22 రు	సు	23 ము	❄	డ్డా	❄	24 గ	రు	డ
25 వ	గ	పు	❄	26 దా	రు	ణం	❄	రి	❄	❄
జీ	❄	❄	27 సే	వ	❄	❄	28 క	మ	లి	29 ని
❄	30 వా	31 న	❄	32 హం	33 పి	❄	థా	❄	❄	రు
34 వ	ర	వ	35 శం	❄	36 నా	లు	క	❄	37 చె	డు
38 ని	ధి	❄	39 క	లి	కం	❄	40 ఖ్రి	వ	ర	❄

● మీ అభిప్రాయాలు/సూచనల కోసం..
sunday.aj@gmail.com

పూరణం

నిర్వహణ : విరాట్

1		2	❄	3		4	❄	5	❄	6
	❄	7			❄	8	9		10	
11	12		❄	❄	13			❄	14	
❄		❄	15			❄	❄	16	❄	❄
17		❄		❄	18	19	❄	20		21
	❄	22		23	❄	24			❄	
25	26		❄	27	28		❄	❄	29	
❄		❄	❄	30		❄	31	32		❄
33		❄	34	❄	❄	35			❄	36
37		38		❄	39	❄	❄	40		
	❄	41		❄	42				❄	

అడ్డం

1. పర్వతరాజ పుత్రి .. పార్వతి (3)
3. రాజగృహం; దేవళం (3)
7. లకారంతో స్వభావం! (3)
8. ఎటూ తేల్చుకోని పరిస్థితి (5)
11. గోరీ (3)
13. మైమరపు; ఉదాసీనత (3)
14. వేతనం (2)
15. సర్పఫణము (3)
17. శ్మశ్రువు.. పెదవిపై మొలిచే వెంట్రుకలు (2)
18. పటాటోపం (2)
20. మర్చిపోలేం అనే.. పరిమళ పత్రాలు! (3)
22. కుక్క అరుపు (3)
24. ఇంద్రసుత; చనిపోయిన ప్రముఖుల సంస్మరణగా జరుపుకునే పుట్టినరోజు(3)
25. యుద్ధం (3)
27. వాడుకలో లలాటం (3)
29. దశగుణంగా వాసికెక్కిన వందనం!(2)
30. కాంట్రాక్టు! (2)
31. నవగ్రహాలలో ఒకటి (3)
33. గుడ్డ తిత్తి (2)
35. పెదవి (3)
37. పేచీ (4)
40. భూమి; నేల (3)
41. గరళం (2)
42. వారంతో వచ్చిన సేన! (4)

నిలువు

1. వామనం; పొట్టి (3)
2. సముద్రం (3)
3. ఇది పోవడమంటే.. హంస ఎగిరిపోయిందని! (2)
4. చాటింపు (3)
5. కరుణ (2)
6. మేరలేని.. శ్రీశ్రీ ఆత్మకథ! (3)
9. కాలవలోని జలబంధనం (2)
10. ముందుండి, ఇప్పుడు లేని! (2)
12. మనసు .. హిమాలయాల్లోని సరస్సు! (3)
13. మణి విశేషం (3)
15. సుగంధ ద్రవ్యాలు కలిపిన జలం (3)
16. సూర్యోదయాన్ని నిలిపిన సాధ్వి! (3)
17. సందిగ్ధ స్థితి (3)
19. సాగుబడికి పనికిరాని నేల (3)
21. పంటలలో ప్రత్యేకంగా అభివృద్ధి చేసిన రకం (3)
22. రాతిపలుకులతో కూడిన మట్టి (2)
23. బతుకమ్మలో విధిగా చేర్చే అడవి పువ్వు (3)
26. ఎండమావి (4)
28. చిన్న మట్టి కుండ (2)
29. సేన (2)
31. ఏడు వారాల్లో ఒకటి (2)
32. బరువు మోసే ఎద్దు (4)
33. చేవ్రాలు (3)
34. శౌర్యం; పరాక్రమం (3)
36. కుమార్తె (3)
38. అశ్వత్థ వృక్షం (2)
39. చెక్కిలి (2)

కాలిఫోర్నియాలో ఇటీవల జరిగిన శునకాల పోటీలు అందర్నీ ఆకర్షించాయి. ఎందుకంటే అవి... 'అందవికార'మైన శునకాల పోటీలు. ఇందులో ప్రపంచం నలుమూలల నుంచి శునకాలు పాల్గొన్నాయి. చూడటానికి కాస్త ఇబ్బందిని కలిగించే ఈ మూగజీవులపై... వాటి యజమానులు మాత్రం ప్రేమను కురిపిస్తారు. పుట్టుకతోనే లోపాలు, ప్రమాదానికి గురై రూపురేఖలు మారిన శునకాలకే ఈ పోటీలు. వివిధ అలంకరణలతో రకరకాల శునకాలు ఈ వేడుకను రక్తికట్టించాయి. పోటీల వల్ల వచ్చే డబ్బును వాటి ఛారిటీకే వినియోగిస్తారట. అందవికారాలు, చీకటివెలుగులు, గెలుపోటములను ఒకే విధంగా స్వీకరించాలనే అంతః సూత్రం ఈ పోటీల్లో ఉంది.

ఆలోచించాల్సిందే...

రంగులు మార్చే ఊసరవెల్లుల్లాగే... రంగులు మార్చే సరస్సులు కూడా ఉన్నాయండోయ్... ఇండోనేషియాలోని ఫ్లోరెస్ ద్వీపంలో ఉన్న 'కెలిముటు' అగ్నిపర్వతం మీద అలాంటి మూడు సరస్సులున్నాయి. ఇవి కొన్ని రోజులు నీలం, ఆకుపచ్చ రంగుల్లో ఉంటే.. మరికొన్ని రోజులు ఎరుపు, నలుగు రంగుల్లోకి మారుతాయి. దీనికి కారణం... అగ్నిపర్వతాల్లోని ఖనిజాల వల్లేనట. స్థానికులు మాత్రం ఈ సరస్సులు ఆత్మలకు నిలయమని, రంగుల మార్పు వాటివల్లే అని నమ్ముతారు.